



CENTRO PAROQUIAL DE SOLIDARIEDADE  
SOCIAL DA FREGUESIA DE ALVARES

PLANO DE ATIVIDADES  
CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL  
ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS E  
DESINVESTIMENTOS  
ANO 2020

26 de novembro de 2019

# ÍNDICE



IDENTIFICAÇÃO DA INSTITUIÇÃO .....	3
CONSTITUIÇÃO DOS ORGÃOS SOCIAIS .....	3
INSTITUIÇÃO: OBRAS E GESTÃO .....	4
CRECHE .....	19
RESPOSTAS SOCIAIS PARA IDOSOS .....	29
PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL .....	39
CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL .....	48
INTRODUÇÃO .....	49
PRESSUPOSTOS GERAIS .....	50
RENDIMENTOS E GANHOS .....	50
GASTOS E PERDAS .....	51
MEMÓRIA JUSTIFICATIVA .....	52
ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS E DESINVESTIMENTOS .....	53
ANEXOS .....	55



## IDENTIFICAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

**Identificação:** Centro Paroquial de Solidariedade Social da Freguesia de Alvares

**Morada:** Rua Hermano Neves, n.º 34 ; 3330-140 Alvares

**Lar São Mateus**

**Telefone:** 235 581 600

**Fax:** 235 581 124

**Lar de Cortes**

**Telefone:** 235 580 000

**Fax:** 235 580 009

**E-mail:** cpssalvares@gmail.com; direcao.cpssalvares@gmail.com;

**NIPC:** 501234020

## CONSTITUIÇÃO DOS ORGÃOS SOCIAIS

### DIREÇÃO

**Presidente:** Padre Ramiro Moreira

**Vice- Presidente:** Nuno Pedro Tavares Nascimento

**Tesoureiro:** Augusto Graça Simões

**1.ª Secretário:** Júlio Augusto Santos Simões

**2.ª Secretário:** Joaquim Manuel Fonseca Mateus

### CONSELHO FISCAL

**Presidente:** Américo Lourenço

**Vogal:** César Pires Gaspar

**Vogal:** Aldina da Conceição Dias



*[Handwritten signature]*  
*[Handwritten signature]*

## Introdução

O plano de atividades e orçamento para o ano de 2020 é um documento orientador ao nível do enquadramento, gestão e organização das diversas atividades desenvolvidas em cada serviço e resposta social, procurando responder às necessidades da Instituição e das diferentes partes interessadas, nomeadamente dos utentes, famílias, colaboradores, parceiros e comunidade em geral. Este pretende ser um documento de continuidade em relação aos anos anteriores que procura de uma forma sintética planificar e enquadrar a intervenção da Instituição nos vários sectores, defendendo uma política de gestão equilibrada e sustentada dos recursos.

Assumindo uma atitude de responsabilidade social e tendo em consideração os resultados apurados nos exercícios anteriores, 2020, será inexoravelmente mais um ano, em que o rigor e a prossecução da contenção de despesas, nas áreas não essenciais, terão forçosamente que nos nortear. Importa, referir que, ao longo dos últimos anos, a Instituição tem vindo a aumentar os custos de gestão devido à necessidade de reorganização dos serviços e à requalificação dos equipamentos.

No entanto, é imprescindível assegurar a continuidade na dinamização das respostas sociais desenvolvidas e refletir, em conjunto, em novas respostas de forma a fazer face às problemáticas atuais, embora com a necessária preocupação em assegurar a sustentabilidade financeira. Para o bom desenvolvimento deste plano será fundamental o empenho de todos os colaboradores, utentes, famílias e voluntários.

Enquanto instrumento de gestão e planeamento este plano foi desenvolvido tendo em conta os objetivos, missão e valores da Instituição e assenta nas seguintes linhas estratégicas de ação:

- Promover a melhoria contínua da qualidade dos serviços prestados aos clientes;
- Promover a participação e envolvimento de todas as partes interessadas;
- Aumentar a eficácia dos recursos humanos, assegurando as competências e motivação necessárias;
- Reforçar a consolidação económica – financeira da Instituição, numa lógica de sustentabilidade das valências da Instituição.



*[Handwritten signature]*  
*[Handwritten signature]*

## INSTITUIÇÃO: OBRAS E GESTÃO



### 1- Breve caracterização da Instituição

O Centro Paroquial de Solidariedade Social da Freguesia de Alvares é uma Instituição particular de solidariedade social, criada por iniciativa da fábrica da igreja e ereta canonicamente por decreto ordinário diocesano de Coimbra, com Estatutos próprios aprovados, com sede na freguesia de Alvares, concelho de Góis e distrito de Coimbra.

Ao longo dos anos, a Instituição foi alargando o seu âmbito de intervenção, criando novas respostas sociais e desenvolvendo parcerias com vários projetos e programas. Atualmente, a Instituição prossegue a sua ação através de dois equipamentos sociais – Lar de Cortes e o Lar São Mateus, mediante as valências de creche, lar de idosos e serviço de apoio domiciliário.

RESPOSTAS SOCIAIS	
Lar de Cortes	Lar São Mateus
Creche	Serviço Apoio domiciliário
Serviço Apoio domiciliário	Lar de idosos
Lar de idosos	

Quadro 1- Respostas sociais da Instituição

### 2- Missão, valores, visão e objetivos

#### Missão:

Norteadada pelos princípios e valores da doutrina e moral cristã, a Instituição tem como missão:

- Apoiar as pessoas idosas, através das respostas sociais Lar e SAD
- Apoiar a Infância, através das respostas sociais Creche;
- Apoiar a família, comunidade e população ativa;
- Apoiar a integração social e comunitária.

#### Valores:

- Justiça Social
- Igualdade
- Ética
- Rigor e Transparência
- Qualidade e Eficiência
- Profissionalismo e sigilo profissional
- Espírito de equipa e interajuda
- Tolerância e respeito
- Solidariedade



**Visão:**

Ser uma Instituição reconhecida socialmente pela:

- Excelência dos apoios e cuidados prestados aos utentes nas suas diversas valências;
- Satisfação dos utentes, funcionários, familiares, parceiros e comunidade;
- Procura de um modelo de proteção e intervenção social, privilegiando uma visão integrada do ser humano;
- Garantia de uma equipa de colaboradores motivados, competentes, determinados e inovadores;
- Promoção de uma cultura de aprendizagem e aperfeiçoamento contínuo.

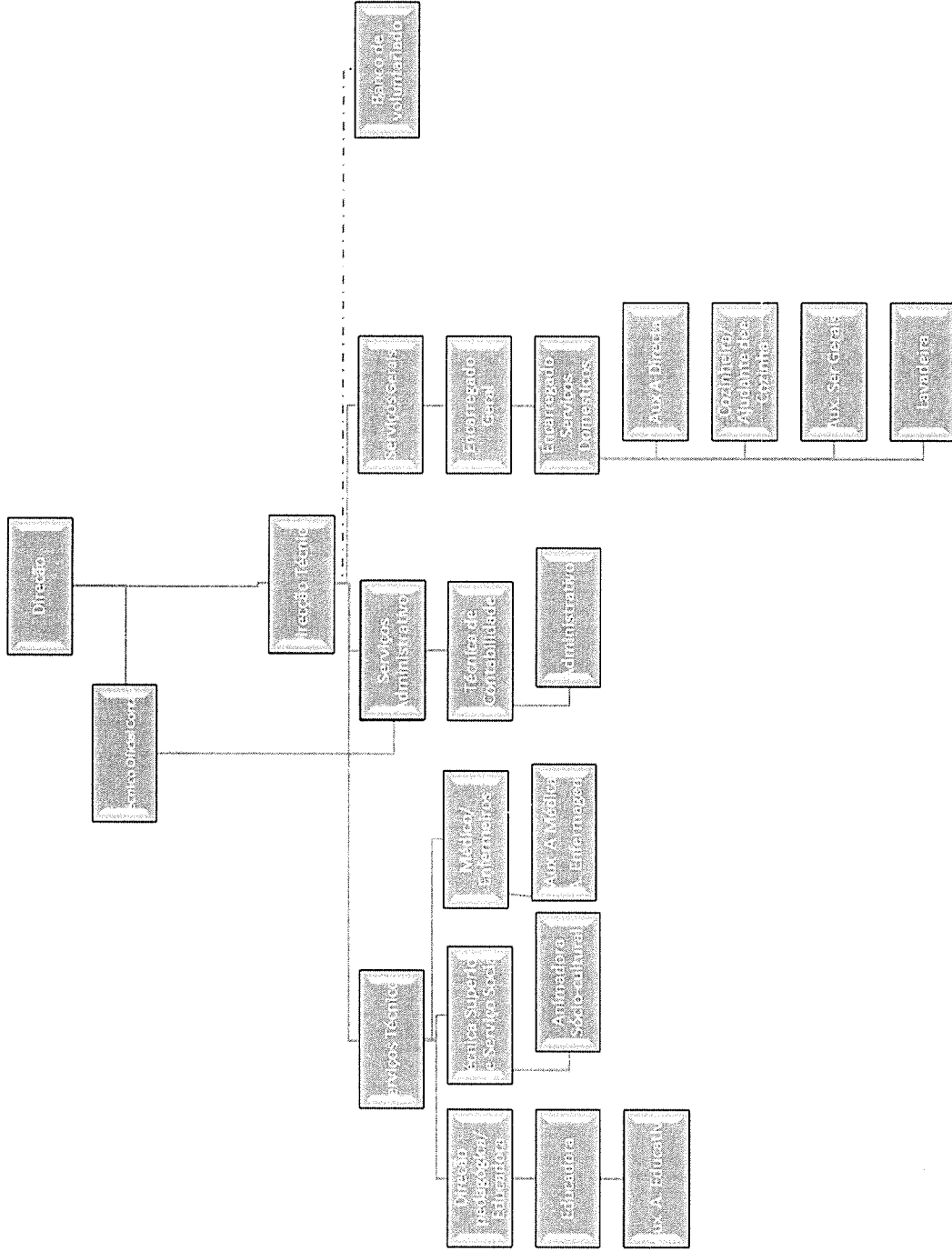
**Objetivos:**

A Instituição tem como objetivos principais:

- Melhorar as competências e o desempenho dos colaboradores;
- Melhorar e aumentar as infraestruturas da Instituição;
- Contribuir para o desenvolvimento da comunidade promovendo a empregabilidade e inserção social, de acordo com as possibilidades;
- Reforçar o envolvimento e participação das famílias;
- Aumentar a satisfação dos utentes e suas famílias.



### 3- Organograma da Instituição



*Handwritten signatures and initials:*  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]





#### 4-Parcerias/ Projetos

A Instituição estabelece vários projetos e parcerias com outras entidades públicas e privadas, com a finalidade de unir esforços para responder às necessidades dos utentes e da comunidade em geral, maximizando os recursos existentes e aumentando a proximidade de intervenção. Atualmente, a Centro Paroquial colabora com os seguintes projetos.

- **Cantina Social:** insere-se na rede solidária das cantinas sociais e constitui-se como uma resposta de intervenção no âmbito do Programa de Emergência Alimentar, que tem como objetivo suprir as necessidades alimentares dos indivíduos e famílias em situação de vulnerabilidade socioeconómica, através da disponibilização de refeições. Atualmente, temos 4 pessoas em cantina social.

- **Rede Local de Intervenção Social (RLIS):** este programa assenta numa lógica de intervenção articulada e integrada de entidades com responsabilidade no desenvolvimento da ação social que visa potenciar uma atuação concertada dos diversos organismos e entidades envolvidas na prossecução do interesse público e promover a implementação de novos mecanismos de atuação e diferentes estratégias de ação em resposta às necessidades sociais. A RLIS deve constituir um suporte da ação, permitindo criar sinergias entre os recursos e as competências existentes na comunidade e integrando perspetivas inovadoras relativamente à descentralização da intervenção social, baseada na democracia participativa e na introdução de metodologias de planeamento da intervenção social.



## **5- Obras de remodelação/ Requalificação dos Edifício**

### **5.1-Equipamento Lar São Mateus**

Para o ano de 2020, a Instituição pretende instalar no terreno limítrofe à igreja e ao lar, uma casa pré fabricada. Esta casa será dividida em duas pequenas moradias com o objetivo de apoiar idosos que se encontram ainda em situações de independência, mas que possam usufruir dos serviços comuns à resposta social lar, nomeadamente alimentação, cuidados de enfermagem/ médicos, serviços de animação, entre outros.

Para o próximo ano não se preveem realizar obras significativas no equipamento de Alvares, devendo apenas serem efetuadas algumas obras de requalificação do equipamento devido ao desgaste do edifício ao longo dos anos. Prevê-se a supervisão dos espaços e dos equipamentos, no sentido de a garantir a sua manutenção em condições de normal funcionamento.

### **5.2-Equipamento Lar de Cortes**

No equipamento de Cortes, a Instituição irá continuar a realizar as obras de remodelação/ requalificação do Lar de Cortes, iniciadas nos anos anteriores. Este processo é muito complexo, sendo necessário reformular o projeto de arquitetura existente de forma a cumprir as exigências assinaladas pelo Instituto de Segurança Social, nomeadamente reestruturação de alguns quartos, balneários, instalações sanitárias, entre outros. Durante o ano de 2020, também se prevê adquirir/ substituir equipamentos indispensáveis ao funcionamento das respostas sociais.

## **6-Gestão e organização da Instituição**

### **6.1- Manutenção e funcionamento da Instituição**

Tendo em consideração que os recursos são cada vez mais escassos face às necessidades do funcionamento das diversas respostas sociais, será fundamental a Instituição realizar uma política de gestão sustentável, rentabilizando ao máximo os recursos existentes e apostando nas energias renováveis, política defendida pela Instituição nos últimos dois anos.

Relativamente às despesas com combustíveis, comunicações, produtos de higiene e limpeza, manutenção e reparação dos equipamentos/ mobiliário, pretendemos continuar a realizar uma gestão rigorosa, uma vez que as despesas inerentes a estas rubricas representam um grande volume dos gastos realizados pela Instituição. Um dos objetivos será conseguir manter ou diminuir as despesas de manutenção e de funcionamento naturalmente elevados na Instituição.



No que concerne à rubrica inerente aos encargos de pessoal, a Instituição procurará não aumentar os gastos nesta rubrica, realizando sempre que possível candidatura ao IEFP, nomeadamente através das medidas de contrato-emprego, contrato inserção, contrato inserção-entre outros. Devido ao trabalho desenvolvido pelos dois lares e ao elevado nível de dependência dos idosos, a Instituição não poderá reduzir o número de colaboradores e técnicos afetos, uma vez que não seria viável, colocando em causa a qualidade dos serviços prestados.

Relativamente ao sector das compras, será necessário continuar a realizar uma prospeção no mercado de forma a conseguir propostas para aquisição de bens e serviços, tendo em conta o custo/qualidade. Prevê-se continuar a trabalhar no sentido de aperfeiçoar o mecanismo de controlo da gestão de stocks, nomeadamente através da gestão diária de bens que entram e saem da Instituição, permitindo realizar análises comparativas com anos anteriores, fazendo desta forma uma melhor gestão das compras e do stock com as necessidades das respostas sociais, tendo sempre como meta a redução dos custos.

Pretendemos, também, substituir o software do sistema de faturação e contabilidade SAGE para o F3M, de forma a se ajustar melhor à realidade da Instituição, uma vez que o sistema utilizado atualmente apresenta alguns constrangimentos. O software de gestão da F3M adaptado ao setor social permite a administração e organização integrada de todas as áreas da entidade, sempre em linha com as exigências legais e funcionais, nomeadamente gerir utentes, frotas, tesouraria e processamento de salários, torna-se mais rápido, simples e eficaz.

Ainda no ano de 2020, um dos objetivos será adquirir um programa de gestão para lar de idosos, de forma a informatizar os processos sociais e clínicos dos utentes e implementar um plano de cuidados e de intervenção. Este programa permite por parte das colaboradoras o registo diário dos cuidados prestados aos utentes, desde higiene pessoal, mudanças de fraldas, deslocações, entre outros.

## **6.2-Gestão da Frota Automóvel**

No setor dos transportes prevê-se uma melhoria significativa na rentabilidade da utilização das viaturas, através de um maior controlo/ inspeção das mesmas, um maior rigor na gestão dos percursos.

Prevê-se a aquisição de uma viatura afeta ao equipamento de Alvares e a venda da carrinha Renault Master 16 lugares.



## 7- Política de Qualidade

A Instituição surge como uma entidade direcionada para o futuro, com uma enorme ambição de modernização e qualificação dos serviços que presta à comunidade. A implementação de um sistema de qualidade traz diversas vantagens para o interior da organização, entre as quais a melhoria contínua dos processos, a participação e motivação dos colaboradores, a reorganização interna (descrição de procedimentos), satisfação dos clientes internos, a contribuição para prevenir, detetar e corrigir erros, e o controlo e a melhoria é exercida por todos.

Assim sendo, ao longo de 2020, procuramos continuar a modernizar e a qualificar os serviços, com vista a aumentar a eficácia e a eficiência nos vários sectores, bem como os níveis de satisfação dos utentes, funcionários e da comunidade em geral.

Este é um processo complexo e exigente que abrange todos os sectores e por isso procuramos continuar a aplicar de forma gradual os requisitos estabelecidos pelos Manuais da Qualidade do Instituto de Segurança Social.

Pretendemos criar um sistema de qualidade, tendo como objetivos:

- Garantir o cumprimento dos requisitos legais da Higiene e Segurança no trabalho e Medicina no trabalho;
- Manter o foco no utente garantindo uma intervenção ajustada às necessidades e expectativas de cada indivíduo;
- Envolver, motivar e qualificar os colaboradores de forma a responderem eficazmente aos desafios organizacionais e em harmonia com a nossa missão, visão e valores.
- Assegurar a melhoria contínua dos processos e dos serviços, através da análise crítica dos resultados e de uma abordagem reflexiva e prospetiva;
- Acompanhar e monitorizar os nossos progressos, prosseguindo critérios de sustentabilidade institucional, social, financeira e ambiental;
- Cumprir com os requisitos legais e normativos que enquadrem a nossa atividade sendo transparente na divulgação, por todas as partes interessadas, da política da qualidade;
- Acompanhar e monitorizar o sistema HACCP.

### 7.1- Saúde, Segurança e Higiene no Trabalho

De acordo com a legislação em vigor, lei n.º 102/2009 de 10 de Setembro, que estabelece o regime jurídico de promoção da segurança e saúde no trabalho, os trabalhadores têm direito à prestação de trabalho em condições de segurança, higiene e saúde, competindo ao empregador assegurar estas condições em todos os aspetos relacionados com o trabalho, nomeadamente através da aplicação de todas as medidas necessárias tendo em conta os princípios gerais de



prevenção e da organização de serviços de segurança e saúde no trabalho em conformidade com a legislação. A Instituição através da contratação de uma empresa externa promove:

- Planificação e organização da prevenção de riscos profissionais;
- Eliminação de fatores de risco e acidentes;
- Avaliação e controlo de riscos profissionais;
- Informação, formação, consulta e participação dos trabalhadores e seus representantes;
- Exames de saúde adequados, por médico do trabalho devidamente autorizado para o efeito, de modo a comprovar e avaliar a aptidão física e psíquica dos trabalhadores para o exercício das suas atividades. Os exames de saúde a realizar e a sua periodicidade são:
  - a) **Exames de admissão**, antes do início da prestação de trabalho ou, se a urgência da admissão o justificar, nos 15 dias seguintes.
  - b) **Exames periódicos** - Anuais para os menores e para os trabalhadores com idade superior a 50 anos, e de 2 em 2 anos para os restantes trabalhadores.
  - c) **Exames ocasionais** - Sempre que haja alterações substanciais nos componentes materiais de trabalho que possam ter repercussão nociva na saúde do trabalhador, bem como no caso de regresso ao trabalho depois de uma ausência superior a 30 dias por motivo de doença ou acidente.

## 7.2-- Segurança alimentar (HACCP)

Pretendemos continuar a apostar numa política de segurança alimentar, através do sistema HACCP. Este sistema tem na sua base uma metodologia preventiva, com o objetivo de poder evitar potenciais riscos que podem causar danos aos consumidores, através da eliminação ou redução de perigos, de forma a garantir que não estejam colocados, à disposição do consumidor, alimentos não seguros.

O sistema HACCP baseia-se na aplicação de princípios técnicos e científicos na produção e manipulação dos géneros alimentícios, baseando-se em 4 princípios:

1. Identificar os perigos e medidas preventivas
2. Identificar os pontos críticos de controlo
3. Estabelecer limites críticos para cada medida associada a cada PCC
4. Monitorizar/controlar cada PCC
5. Estabelecer medidas corretivas para cada caso de limite em desvio
6. Estabelecer procedimentos de verificação
7. Criar sistema de registo para todos os controlos efetuados



## **8- Recursos Humanos e formação profissional**

A Instituição continuará ao longo de 2020 a privilegiar o capital humano, considerando que este é um dos aspetos fundamentais para atingir a qualidade dos serviços prestados, aumentando o envolvimento e a motivação dos seus colaboradores e apostando na permanente atualização das suas competências.

Assim sendo, de forma a conseguir dar uma resposta de qualidade e excelência, é necessário que toda a equipa de trabalho compreenda que os conhecimentos adquiridos tenham de ser reciclados ao longo da vida.

Nesta linha orientadora, prevê-se a realização de formações para os colaboradores, com o objetivo principal de colmatar possíveis falhas existentes, como também de formar e reciclar os mesmos na melhoria das competências para o exercício profissional. Pretendemos não só cumprir os requisitos legais de 40 horas de formação ao ano, mas também melhorar a competências dos colaboradores através da formação profissional. Ao nível dos recursos humanos, a Instituição possui atualmente 60 colaboradores nos dois equipamentos sociais,

Ao nível da gestão de recursos humanos, os objetivos estratégicos que pautam a nossa intervenção são:

- Implementar estratégias de desenvolvimento e gestão de competências, nomeadamente, formação interna e externa a todos os colaboradores de forma a aumentar o grau de qualificação e cumprir o estipulado na lei;
- Executar o recrutamento e seleção dos trabalhadores, tendo em conta o perfil pretendido o procedimento existente;
- Realizar o sistema de avaliação de desempenho de forma a aumentar a eficiência e a eficácia organizacional;
- Identificar as necessidades de formação (de acordo com os interesses e necessidades manifestadas, recolhidas através de um questionários aplicado aos colaboradores) eficácia é avaliada pelos formandos e seus superiores hierárquicos;
- Definição do plano de formação anual, que terá em consideração a formação obrigatória dos diversos sectores e as necessidades reconhecidas pelos colaboradores;
- Continuar a beneficiar de programas/medidas de apoio do Instituto de Emprego e Formação Profissional.



### **8.1--Avaliação de Desempenho**

A avaliação de desempenho é um processo que procura auxiliar na estruturação de uma visão mais objetiva do potencial de cada funcionário, tendo como objetivo aumentar o estímulo e motivação dos colaboradores, pois a objetividade, clareza e transparência contribuem na obtenção dos objetivos e resultados individuais e conseqüentemente, nos resultados da organização. O objetivo da avaliação de desempenho é contribuir para o desenvolvimento dos colaboradores nos seus postos de trabalho, possibilitando uma percepção mais fidedigna do perfil e do planejamento estratégico individual no contexto diário das atividades, com o objetivo de informá-los sobre a sua própria atuação profissional, visando o desempenho de alta performance e obtenção de êxito nas estratégias/metapas relacionadas a suas áreas de atuação.

Será implementado um sistema de avaliação interna do pessoal tendo por base uma abordagem de 90º (chefia direta), visando a melhoria do desempenho profissional dos colaboradores. Para aplicação da avaliação de desempenho será criada a grelha de matriz de competências operacionais/ chefias, criado o regulamento de avaliação de desempenho e reformulado o manual de funções e orientações técnicas.



## INTERVENÇÃO DA INSTITUIÇÃO PARA O ANO 2020

Atividades	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
Gestão financeira sustentável	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Garantir a sustentabilidade da Instituição num futuro próximo, através da gestão rigorosa dos recursos financeiros</li> <li>▪ Garantir uma boa execução orçamental</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover medidas de otimização de recursos internos,</li> <li>▪ Analisar, rever e renegociar a condições de fornecimento com os diversos fornecedores da Instituição</li> <li>▪ Gestão de stocks</li> <li>▪ Assegurar a revisão anual das participações</li> </ul>	Ao logo do ano	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Direção</li> <li>▪ Diretora Técnica</li> <li>▪ Contabilidade,</li> <li>▪ Encarregados gerias</li> </ul>	Material pedagógico e informático
Edificado/ equipamentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Requalificação/ modernizar os equipamentos</li> <li>▪ Promoção de conforto e qualidade dos serviços</li> <li>▪ Assegurar a cumprimento dos planos de manutenção e intervenção dos equipamentos e infraestruturas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aquisição de um casa modelar</li> <li>▪ Realização de obras de conservação e reparação do edifício</li> <li>▪ Aquisição de equipamentos e material necessário ao normal funcionamento da Instituição</li> <li>▪ Manutenção e intervenção nos elevadores, controlo de pragas, resíduos hospitalares, sistema de incêndios.</li> </ul>	Ao logo do ano	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Direção</li> <li>▪ Equipa técnica</li> <li>▪ Encarregados</li> <li>▪ Empresas externas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Material de construção;</li> <li>• Projeto de arquitetura</li> <li>• Material de desgaste</li> </ul>
Frota automóvel	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melhorar e assegurar a conservação e reparação da frota automóvel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Inspeções periódicas</li> <li>▪ Reparação da frota automóvel,</li> <li>▪ Solicitação de orçamentos</li> <li>▪ Aquisição de uma carrinha para transporte dos utentes a consultas e exames</li> </ul>	Anual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Direção</li> <li>• Diretora Técnica</li> <li>• Encarregado geral</li> </ul>	A definir
Plano de atividades e orçamento	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaboração do plano de atividades, defendendo uma política de otimização dos recursos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaborar e aprovar o plano de atividades e orçamento</li> </ul>	Anual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Direção</li> <li>• Diretora técnica</li> <li>• Contabilidade</li> </ul>	Material pedagógico e informático
Relatório de atividades e contas de gerência	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaboração do relatório e contas de gerência, analisando criteriosamente os custos/ proveitos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaborar o relatório de avaliação de atividades e contas de gerência</li> </ul>	Anual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Direção</li> <li>• Diretora técnica</li> <li>• Contabilidade</li> </ul>	Material pedagógico e informático





Atividades	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
Reuniões de Direção	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificar problemas e constrangimentos da Instituição</li> <li>▪ Identificar potencialidade de desenvolvimento de projetos</li> <li>▪ Melhorar a comunicação entre os vários sectores da Instituição</li> <li>▪ Definir ações de melhoria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reunião de Direção</li> <li>▪ Reunião de Direção e equipa técnica</li> <li>▪ Reuniões de Direção e colaboradores</li> </ul>	Mensal/ trimestral	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Direção</li> <li>• Equipa técnica</li> <li>• Colaboradores</li> </ul>	Material pedagógico
Formação Profissional	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melhorar as competências dos colaboradores</li> <li>▪ Melhorar a qualidade dos serviços</li> <li>▪ Elevar o nível de eficiência das equipas de trabalho</li> <li>▪ Conhecer as reais necessidades de formação</li> <li>▪ Elaborar o plano de formação</li> <li>▪ Avaliar a eficácia de formação ministrada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Contactar uma empresa externa para realização formação</li> </ul>	Anual	Todos os colaboradores	A definir
Avaliação das necessidades de formação	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aumentar a eficácia e a eficiência</li> <li>▪ Melhor os serviços prestados</li> <li>▪ Melhorar o manual de funções e orientações técnicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reuniões com os colaboradores</li> <li>▪ Reuniões com utentes</li> </ul>	Anual	Todos os colaboradores	Questionários
Avaliação de desempenho	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificar regras de segurança para a minimização dos perigos e riscos através de medidas de prevenção</li> <li>▪ Prevenir acidentes e danos profissionais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aplicação da escala de avaliação de desempenho.</li> <li>▪ Tratar os resultados;</li> <li>▪ Divulgar os resultados</li> </ul>	Anual	Todos os colaboradores	Material pedagógico e informático
Higiene e Segurança no trabalho	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Prevenir / eliminação dos riscos profissionais e a proteção e promoção da saúde do trabalhador</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Análise do risco profissional por posto de trabalho</li> <li>▪ Elaboração do relatório de avaliação de riscos e plano de prevenção</li> <li>▪ Execução de ações corretivas previstas nos relatórios</li> <li>▪ Realizar simulacro em caso de incêndio</li> </ul>	Anual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos os colaboradores</li> <li>• Pluralcare</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipamento de proteção individual</li> <li>• Material pedagógico e informático</li> </ul>
Medicina no trabalho		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Exames médicos obrigatório aos colaboradores de acordo com a legislação em vigor</li> <li>▪ Ficha de aptidão dos colaboradores</li> </ul>	Anual	Todos os colaboradores	Disponibilização de sala

*Ramiro*  
*JPez*



Atividades	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
Continuar o processo de Implementação do HACCP	<ul style="list-style-type: none"> <li>Garantir a segurança alimentar das refeições fornecidas</li> <li>Identificar os perigos e medidas preventivas</li> <li>Identificar os pontos críticos de controle</li> <li>Estabelecer limites críticos para cada medida associada a cada PCC</li> <li>Monitorizar/controlar cada PCC</li> <li>Estabelecer medidas corretivas para cada caso de limite em desvio</li> <li>Criar sistema de registo para todos os controles efetuado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter o manual do HACCP atualizado</li> <li>Cumprir as normas de higiene alimentar,</li> <li>Definir o plano de higienização das instalações e equipamentos</li> <li>Registrar o controlo de temperatura das arcas, recolher amostras das refeições</li> <li>Execução de ações corretivas previstas no relatório</li> </ul>	Ao longo do ano	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diretora Técnica</li> <li>Encarregada Geral</li> <li>Sector de cozinha</li> <li>Empresa externa-Higimarto</li> </ul>	A definir
Modernização dos procedimentos - software	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adquirir um software para gestão para Lar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aquisição de software específico para a gestão das respostas sociais, por exemplo Softgold, My senior, Ankira</li> </ul>	Anual	Todos os colaboradores	Software
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atualização dos softwares de faturação, gestão de stocks, salários</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aquisição de softwares F3M</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Direção Técnica</li> <li>Contabilidade</li> <li>Encarregados</li> </ul>	Software F3M
Site / Facebook	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a divulgação da Instituição e atividades</li> <li>Melhorar a imagem da Instituição</li> <li>Manter atualizado o site da Instituição</li> <li>Atualizar periodicamente o facebook</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Empresa externa que gere o site</li> </ul>	Ao longo do ano	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diretora Técnica</li> <li>Empresa que gere o site</li> </ul>	Material informático

*(Handwritten signatures)*

*[Handwritten signature]*  
*[Handwritten signature]*

CRECHE

---



## 1. Plano Pedagógico da creche

A creche pretende ser um espaço identificado pela excelência dos cuidados prestados, onde a educação e a estimulação do desenvolvimento físico e psíquico da criança privilegiam a qualidade dos afetos e proporcionam um ambiente tranquilo e seguro. É, sem dúvida, uma das primeiras experiências vivenciadas pelas crianças, num sistema organizado, fora do seu contexto família. Estas experiências têm como objetivo principal desenvolver competências e capacidades.

A creche assume um papel muito relevante na sociedade, uma vez que é o suporte fundamental na organização as famílias. Atualmente, a maioria das famílias são compostas por agregados familiares socialmente ativos a exercerem atividade profissional a tempo inteiro, e a creche representa a alternativa de as famílias necessitam para garantir o acompanhamento dos seus filhos.

Tendo em consideração o quão importante é a creche importa que os eu contexto seja organizado em torno de princípios educativos e pedagógicos que garantam o pleno desenvolvimento das crianças.

Neste âmbito surgem o documento base orientador de todo o trabalho a realizar o plano de atividades pedagógicas. Este pretende ser um documento base de diretrizes para ações pedagógicas a desenvolver com determinado grupo de crianças ao longo do ano letivo, refletindo as orientações educativas e pedagógicas da Instituição.

Pretende ser um instrumento dinâmico onde se encontram registadas as orientações, os objetivos e as metas a cumprir. Pauta-se por intervenção definida pelos critérios de qualidade, em que todo o trabalho é planeado tendo sempre em consideração o superior interesse da criança em parceria envolvimento ativo com os pais e encarregados de educação.

O presente projeto pedagógico abrange toda a valência da creche (berçário e sala de 1-2 anos).

## 2. Contextualização

O Centro Paroquial de Solidariedade Social da Freguesia de Alvares é uma Instituição de carácter social que compreende as respostas de Creche, Lar de idosos e Apoio domiciliário.

É uma Instituição que se divide em dois polos: Cortes e Alvares, sendo que é na primeira que se encontra a Creche, cuja principal missão é proporcionar um serviço de carácter assistencial às famílias que não dispõem de alternativas para esta faixa etária.

O CPSS de Alvares tem alguns objetivos gerais definidos para a creche:

- Promover a integração e adaptação da criança;
- Respeitar a individualidade e o ritmo/evolução de cada criança;



- Criar laços afetivos com a criança, proporcionando-lhe um ambiente calmo, construtivo e seguro;
- Promover a autonomia da criança;
- Promover situações de interação do grupo, favorecendo a sua socialização, o espírito de grupo e o respeito pelo outro;
- Cooperar com as famílias na partilha de cuidados, preocupações e responsabilidades em todo o processo educativo dos seus filhos;
- Fomentar a integração da criança em grupos sociais diversos, complementares da família, tendo em vista o desenvolvimento da sociabilidade;
- Envolver as crianças na participação de atividades e experiências que contribuam para o seu crescimento, satisfazendo as suas necessidades de ordem

### **3. Período a que se reporta o projeto pedagógico**

Período de vigência: 01/10/2019 a 14/08/2020

### **4. Caracterização do grupo de crianças**

Este projeto pedagógico destina-se aos dois grupos da creche: berçário e sala de 1-3 anos.

#### **4.1 Caracterização do grupo do berçário**

O grupo do berçário é constituído por uma criança do sexo masculino, com 7 meses à data de entrada em vigor deste projeto. Esta criança já frequenta a Instituição desde 8 de julho, reside em Cortes, e é a família quem entrega e recebe a criança diariamente.

O processo de adaptação à creche tem-se revelado positivo, a criança demonstra empatia e conforto com os adultos que a rodeiam e parece sentir-se à-vontade no espaço. Já consegue rebolar e dirigir o olhar para os objetos que lhe chamam a atenção. Senta-se na cadeira de refeições com estabilidade e é notório que se encontra num estágio em que a oralidade predomina, pois leva à boca tudo o que encontra.

Ao nível da alimentação necessita da ajuda de um adulto para as refeições e ainda se encontra na fase de adaptação a alguns alimentos.

Em relação à linguagem, verbaliza pouco, vocalizando pequenos sons, tentando, ocasionalmente, imitar o que ouve, o que justifica que grande parte das atividades sejam realizadas através de gestos, canções ou outros sons.

De um modo geral, é uma criança que necessita sobretudo de carinho, atenção e segurança.



#### 4.1.1 Caracterização do grupo de 1-3 anos

O grupo de 1-3 anos é constituída por seis crianças, sendo cinco do sexo feminino e uma do sexo masculino.

Destas crianças, duas são residentes em Pedrogão Grande e as restantes são oriundas da Freguesia de Alvares. Apenas três crianças necessitam de ser transportadas na carrinha da Instituição, e destas, apenas uma, usufrui do transporte durante o período da manhã e da tarde. Normalmente são os pais a entregar as crianças na Instituição, mas à saída, normalmente, as crianças são entregues a outros familiares, devidamente autorizados.

Tal como no berçário, todas as crianças já frequentaram a Instituição no ano anterior e o processo de readaptação tem sido positivo, sendo que, as crianças demonstram confiança e à vontade com os adultos que as acompanham.

As crianças da faixa etária entre o 1 e os 2 anos, já permanecem grande parte do tempo no chão, indo buscar os seus próprios brinquedos/jogos ou objetos preferidos, deslocando-se a andar ou de gatas.

A nível de alimentação, necessitam da ajuda de um adulto para comerem a sopa. O segundo prato, já começam a comer sozinhas embora, por vezes, utilizem as mãos para levarem os alimentos à boca.

Em relação à linguagem, verbalizam pouco, mas tentam imitar o que ouvem ou veem.

<b>Principais competências</b> (individuais e de grupo)	<b>Resultados Desejáveis (individuais e de grupo)</b>
<b>Desenvolvimento Motor</b>	<b>Berçário: METAS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Na posição de bruços, levantar a cabeça e o tronco apoiando-se nos antebraços</li><li>• Brincar com os pés, quando está na posição deitada</li><li>• Ficar sentada sem apoio</li><li>• Manter-se de pé com apoio</li><li>• Alcançar os objetos e colocá-los na boca ou atirá-los para longe, tentando alcançá-los rastejando</li><li>• Rebolar sobre si</li><li>• Bater palmas</li><li>• Agarrar em pequenos objetos fazendo pinça com o polegar e o indicador</li><li>• Tentar largar as mãos para ganhar equilíbrio</li><li>• Gatinhar rapidamente</li><li>• Iniciar a marcha lateral ao apoiar-se a móveis e/ou objetos</li><li>• Aprender a pôr-se de pé sem apoio</li><li>• Começa a dar os primeiros passos com apoio</li><li>• Demonstrar coordenação óculo-manual</li></ul> <b>Grupo 1-2 anos - METAS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Consolidar a aquisição da marcha</li></ul>



*[Handwritten signatures and initials]*

<p><b>Desenvolvimento Motor</b></p> <p>+/- 12 meses</p> <p>+/- 15 meses</p> <p>+/- 18 meses</p> <p>+/- 24 meses</p> <p>+/- 24 meses</p> <p>+/- 30 meses</p> <p>+ /- 36 meses</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Saber transpor obstáculos em vez de contornar</li><li>• Consolidar a aquisição de corrida e de trepar</li><li>• Agarrar um objeto em pinça</li><li>• Abrir e fechar caixas</li><li>• Procurar objetos escondidos</li><li>• Subir de gatas e descer de costas</li><li>• Andar para trás</li><li>• Dançar mexendo o corpo sem sair do lugar</li><li>• Folhear um livro</li><li>• Trepar</li><li>• Arrastar ou puxar um brinquedo</li><li>• Atirar uma bola</li><li>• Manter-se algum tempo apenas sob um pé</li><li>• Enfiar objetos numa ranhura</li></ul> <p>Enroscar e desenroscar tampas ou brinquedos</p> <p><b>Grupo 2-3 anos – METAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dar um pontapé numa bola</li><li>• Dobrar uma folha em duas partes</li><li>• Subir e descer escadas a dois pés com apoio</li><li>• Caminhar sobre um plano em elevação</li><li>• Pedalar</li><li>• Lançar uma bola com intencionalidade</li><li>• Andar de gatas</li><li>• Contornar obstáculos na realização de percursos</li><li>• Saltar a altura de um degrau</li><li>• Saltar para a frente e para trás a pés juntos</li><li>• Amassar papel</li><li>• Introduzir argolas num eixo</li><li>• Rodar puxadores ou manípulos</li><li>• Desenroscar parafusos</li><li>• Desenhar com diferentes materiais</li><li>• Fazer bolas com plasticina</li></ul>
<p><b>Linguagem</b></p> <p>+/- 12 meses</p>	<p><b>Berçário:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Repetir sons e gestos</li><li>• Conhecer o seu nome, quando se chama pela criança, olhando na direção do som</li><li>• Reproduzir diferentes entoações quando está feliz e/ou zangada</li><li>• Repetir conjuntos de duas sílabas: pa-pa; ma-ma; ba-ba;</li><li>• Compreender pedidos ou ordens simples</li><li>• Imita sons que conhece de pequenas canções</li><li>• Faz associação de palavras a objetos e pessoas</li></ul> <p><b>Grupo 1-2 anos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aquisição e enriquecimento do vocabulário</li><li>• Iniciação da construção de frases</li><li>• Compreender instruções simples (dar objetos, apontar...)</li><li>• Imitar o som de animais ou transportes</li><li>• Responder a “dá-me”</li><li>• Saber pedir “mais”</li><li>• Dizer, pelo menos, três palavras</li><li>• Expressar-se com gestos (apontar objetos...)</li></ul>



*Rafael*  
*[Signature]*

<p>+/- 15 meses</p> <p>+/- 18 meses</p> <p>+/- 24 meses</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sopra</li><li>• Entrega objetos conhecidos que lhe pedem~</li><li>• Identifica uma figura familiar num livro</li><li>• Aponta partes do corpo em si própria e nos outros</li><li>• Tem um vocabulário de dez palavras</li><li>• Diz "não" acompanhando com a cabeça</li><li>• Realiza três ações</li><li>• Sabe o nome de três objetos, três animais, três brinquedos</li><li>• Indica três a cinco imagens num livro</li><li>• Nomeia ações ("papar", "ó-ó"...)</li></ul>
<p><b>Desenvolvimento emocional e social</b></p> <p><b>Desenvolvimento emocional e social</b></p> <p>+/- 12 meses</p> <p>+/- 15 meses</p> <p>+/- 18 meses</p> <p>+/- 24 meses</p> <p>+/- 30 meses</p>	<p><b>Berçário:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Distinguir as pessoas estranhas dos pais</li><li>• Exigir mais atenção por parte do adulto</li><li>• Procurar os pais sempre que se sente desconfortável</li><li>• Mostrar agrado e desagrado, rir alto, dar gargalhadas e gritos de prazer</li><li>• Participar em pequenas brincadeiras com as restantes crianças</li><li>• Demonstrar felicidade perante situações de afeto por parte das crianças e dos adultos</li><li>• Emitir sons para explicar o que precisa aos pais/ adultos que a rodeiam</li></ul> <p><b>Grupo 1-2 anos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Criar hábitos sociais</li><li>• Brincar com o outro</li><li>• Repetir as graças</li><li>• Imitar o que vê</li><li>• Dizer "adeus"</li><li>• Reclamar o que é seu</li><li>• Distinguir tu e eu</li><li>• Observar um recém chegado com interesse</li><li>• Chorar quando um amigo ou alguém importante se vai embora</li><li>• Reage quando lhe tiram um brinquedo</li><li>• Inicia sozinha a sua própria brincadeira</li><li>• Leva o adulto até aquilo que deseja</li><li>• Respeitar o outro</li><li>• Partilhar objetos sem conflito</li></ul> <p><b>Grupo 2-3 anos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Obedecer aos adultos algumas vezes</li><li>• Brincar sozinho por alguns momentos</li><li>• Pedir ajuda para algumas ações</li><li>• Dizer "por favor" e "obrigado"</li><li>• Brincar "às escondidas"</li><li>• Imitar comportamentos dos adultos</li><li>• Demonstrar sentimentos de afeto, ajuda, alegria...</li></ul>
<p><b>Desenvolvimento pessoal</b></p>	<p><b>Berçário:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer objetos que lhe são familiares e que usa regularmente</li><li>• Reconhecer o cheiro dos adultos que a rodeiam</li><li>• Transmitir o gosto ou desagrado por determinadas situações</li><li>• Expressar o seu desagrado através de emoções e gestos</li><li>• Sorrir para a sua imagem no espelho</li></ul>





<p>+/- 12 meses</p> <p>+/- 15 meses</p> <p>+/- 18 meses</p> <p>+/- 24 meses</p> <p>+/- 24 meses</p> <p>+/- 30 meses</p> <p>+/- 36 meses</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Explorar as diferentes partes do corpo</li></ul> <p><b>Grupo 1-2 anos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Comer alimentos moles</li><li>• Pegar na colher imitando gestos de comer</li><li>• Usar a caneca para beber sozinha</li><li>• Mastigar a comida</li><li>• Vestir e despir peças simples</li><li>• Abrir e fechar um fecho de correr</li><li>• Diz quando tem xixi ou cócó</li><li>• Sentar à mesa</li><li>• Estar à mesa</li><li>• Iniciar o controlo dos esfíncteres</li><li>• Comer sozinha</li><li>• Conhecimento do corpo, fazendo enumerações das diferentes partes de si e no outro</li></ul> <p><b>Grupo 2-3 anos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Comer sozinho o segundo prato e a sobremesa (c/ ajudas pontuais)</li><li>• Experimentar novos sabores e texturas dos alimentos</li><li>• Segurar um copo só com uma mão</li><li>• Vestir e despir algumas peças de vestuário</li><li>• Começa a controlar os esfíncteres – diz que quer ir fazer xixi ou cócó</li><li>• Controlar os esfíncteres durante o dia (não usar fralda, embora com descuidos ocasionais)</li><li>• Usar o WC (despir a roupa, sentar, puxar o autoclismo e lavar as mãos)</li><li>• Lavar as mãos sozinha</li><li>• Ajudar na arrumação da sala</li></ul>
<p><b>Desenvolvimento cognitivo</b></p> <p>+/- 12 meses</p> <p>+/- 15 meses</p> <p>+/- 18 meses</p> <p>+/- 24 meses</p>	<p><b>Berçário:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Explorar o espaço da sala</li></ul> <p><b>Grupo 1-2 anos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Colocar um cubo atrás do outro</li><li>• Retirar uma peça de um encaixe</li><li>• Agarrar e dar um objeto</li><li>• Construir uma torre com dois cubos</li><li>• Encaixar o círculo, triângulo e quadrado separadamente</li><li>• Fazer garatuja</li><li>• Emparelha um objeto, escolhendo entre três</li><li>• Colocar um objeto dentro de uma caixa</li><li>• Reconhecer um desenho de um cão, carro...</li><li>• Imitar um traço vertical</li><li>• Construir uma torre com quatro cubos</li><li>• Fazer um puzzle com duas peças</li><li>• Encontrar um objeto escondido</li></ul> <p><b>Grupo 2-3 anos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Contruir uma ponte com três cubos</li><li>• Encaixar três peças num tabuleiro</li><li>• Identificar (ou nomear) três partes do corpo</li><li>• Identificar quatro a oito objetos familiares</li><li>• Contruir uma torre com mais de quatro cubos</li><li>• Distinguir entre grande e pequeno</li><li>• Imitar um traço vertical e horizontal</li></ul>



<b>+/- 30 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reconhecer duas a quatro cores</li><li>• Contar por imitação</li><li>• Copiar um círculo</li><li>• Agrupar objetos segundo um critério</li><li>• Distinguir conceitos: aberto / fechado – dentro / fora – em cima / em baixo</li><li>• Entregar objetos um a um</li><li>• Identifica quatro a oito partes do corpo</li></ul>
<b>+/- 36 meses</b>	
<b>Conceitos de literacia</b>	<b>Berçário/sala de 1-2 anos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Produzir sons quando reconhece uma imagem</li><li>• Explorar os livros que encontra na sala</li><li>• Promover o gosto pelo toque dos livros, com sons e imagens</li><li>• Mostrar agrado quando lhe contam uma história</li></ul>

### 5. Constituição da Equipa

<b>Número de Elementos</b>	<b>Identificação</b>	<b>Função</b>
3	Carla Simões	Educadora de Infância/ Diretora Pedagógica
	Isaura Abreu	Ajudante de Ação Educativa
	Dália Raposo	Ajudante de Ação Educativa

Da equipa afeta à resposta de creche fazem ainda parte:

- 1 Assistente Social (Diretora Técnica da Instituição)
- 1 Enfermeiro
- 1 motorista
- 1 cozinheira
- 1 auxiliar de transporte



## 6. Definição do projeto pedagógico

### 6.1 Definição dos objetivos operacionais

Os objetivos operacionais foram concebidos com base na observação e acompanhamento realizado desde o início do ano letivo.

Objetivos operacionais	Indicadores de avaliação
<ul style="list-style-type: none"><li>Promover as brincadeiras da criança com o restante grupo de crianças</li><li>Explorar e perceber quais os seus gostos a nível de brincadeiras e brinquedos</li><li>Desenvolver a autonomia, confiança e segurança</li><li>Adquirir, gradualmente, a coordenação, o autoconhecimento e controlo do próprio corpo</li><li>Observar e explorar o espaço da sala</li><li>Colaborar nas rotinas quotidianas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Observação direta</li><li>Registos individuais</li><li>Registos em grupo</li></ul>

### 6.2 Conjunto de estratégias e métodos

Toda a ação pedagógica proposta pelo educador deve transmitir-se às auxiliares da ação educativa e deve ser promovida junto de cada criança.

Assim sendo, ao longo do ano serão adotadas algumas estratégias pedagógicas comuns ao berçário e à sala de creche, entre elas:

- Canções** que promovem a memorização, o desenvolvimento da linguagem, o sentido de ritmo e o gosto pela música;
- Lengalengas** em que se pode explorar o som e o ritmo, a expressão através da linguagem oral, gestual e corporal;
- Pintura com dedos, mãos e pés** onde se exploram os diferentes materiais, as diversas cores, formas e texturas, assim como se controla a motricidade fina e se exprime o gosto estético
- Jogos** em que se começa a compreender o que são regras e se desenvolve a socialização
- Modelagem** que permite melhorar o controlo da motricidade assim como a capacidade de exploração
- Rasgagem e colagem** que permitem uma melhor motricidade assim como uma maior autonomia e iniciativa
- Histórias** promovem a descoberta de si e dos outros, melhorando a linguagem verbal e não verbal, tal como aumentar a imaginação
- Fantoches** promovem uma maior concentração
- Brincadeiras livres** promovem a socialização, a autonomia e a liberdade de escol



A calendarização está programada da seguinte forma e com os seguintes temas:

Mês	Temas
Setembro	Adaptação/readaptação à creche Identidade Outono
Outubro	Animais Halloween
Novembro	S. Martinho Dia Nacional do Pijama
Dezembro	Natal Família
Janeiro	Inverno Vestuário
Fevereiro	Afetos Carnaval
Março	Dia do Pai Primavera
Abril	Alimentos
Maio	Dia da Mãe Transportes
Junho	Dia da Criança
Julho	Verão Brincadeiras com água

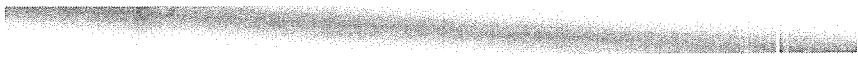
### 7. Metodologia de divulgação do projeto pedagógico

Este projeto será apresentado às famílias através da reunião de pais e estará sempre disponível e ao alcance das famílias para consulta das mesmas, na Creche, sendo também colocado na entrada da Instituição.



*[Handwritten signatures]*

RESPOSTAS SOCIAIS PARA IDOSOS  
ERPI E SAD





## 1- Equipamento residencial para pessoas idosas

As projeções indicam que, nas próximas décadas, o envelhecimento da população portuguesa continuará a aumentar, como consequência da diminuição das taxas de fecundidade e do aumento da esperança média de vida, em particular do aumento do número de idosos em idades avançadas, a chamada “*Quarta Idade*”.

O aumento crescente do envelhecimento da população colocou às instituições, famílias e sociedade em geral maiores desafios e exigências, uma vez que as famílias apresentam uma estrutura nuclear e sem condições de assegurar as necessidades básicas dos idosos, verificando-se a institucionalização dos idosos cada vez mais em situação de dependência elevada ao nível motor e cognitivo.

O aumento da esperança média de vida contribui para aumentar a probabilidade de os idosos virem a desenvolver pluripatologias e doenças crónicas-degenerativas, verificando-se um aumento do número de idosos que vivem durante longos anos num estado de dependência total. A grande maioria dos idosos nas respostas social ERPI tem mais de 80 anos de idades, apresentando vários problemas de saúde e patologias, sendo as mais frequentes as demências, os problemas cardiovasculares e ósseos, pulmonares, carcinomas, diabetes, visão e audição, entre outros.

É, imprescindível que se perceba o processo de envelhecimento de forma ampla, que o percecionemos como um ciclo de vida com preponderâncias ao nível biopsicossocial, uma vez que a envolvimento que a pessoa idosa estabelece com o mundo sofre algumas alterações, por diversos aspetos tais como: dificuldades de carácter adaptativo, a nível fisiológico, emocional, social e ocupacional; dificuldades em aceitar a condição atual; alterações de valores e crenças previamente assumidas como sendo as mais corretas.

Face ao exposto, a Instituição procura melhorar os serviços prestados em ERPI, garantindo uma atuação mais humanizada e personalizada às suas necessidades físicas e sociais, contribuindo para aumentar a qualidade de vida e o bem-estar físico, psíquico e social.

Segundo a Portaria n.º 67/2012, de 21 de Março considera-se estrutura residencial para pessoas idosas, o estabelecimento para alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, em que sejam desenvolvidas atividades de apoio social e prestados cuidados de enfermagem.

Na concretização dos seus objetivos, a ERPI tem em conta as capacidades e potencialidades dos seus utentes, desenvolvendo um programa de atividades que garantem e proporcionam:

- Proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas;



- Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
- Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação intrafamiliar;
- Potenciar a integração social.

Os serviços prestados em ERPI:

- Alimentação adequada às necessidades dos residentes, respeitando as prescrições médicas;
- Cuidados de higiene, imagem e conforto;
- Tratamento da roupa;
- Higiene dos espaços;
- Atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais;
- Apoio no desempenho das atividades de vida diária;
- Cuidados médicos, de enfermagem, bem como o acesso a cuidados de saúde;
- Administração de fármacos, quando prescritos.

A entrada no lar é sem dúvida um momento marcante para os idosos devido ao facto de estes serem confrontados com um conjunto de regras que regem a vida da Instituição, mas também pela partilha de espaço com outros residentes. A perda de apoio afetivo e psicossocial que geralmente acompanha a institucionalização do idoso pressupõe um aceleração de todos os processos degenerativos implícitos do envelhecimento e uma diminuição da ligação afetiva e social com o mundo exterior, o que pode levar ao surgimento de sintomas tais como inibição, incapacidade relacional, perturbações ansiosas, sintomas depressivos passando por sentimentos de desespero, frustração, e de perda de interesse.

Face ao exposto, pretendemos que cada novo utente seja apoiado de forma a minimizar o impacto que a institucionalização, promovendo uma adaptação positiva ao novo contexto de vida. Este momento pressupõe que seja conhecida, o mais profundamente possível, a história de vida pessoal e social do utente, dando feedback posterior à restante equipa sobre os aspetos mais determinantes, possibilitando uma intervenção multidisciplinar, mas focalizada nas características de cada pessoa idosa. Procuramos, sempre valorizar as histórias que os idosos preservam e acreditam com o objetivo de a seu tempo lhes consigam atribuir um significado mais adaptativo e que lhes possibilite ter um final de vida de maior qualidade e com menos sentimentos negativos.

Ao longo de 2020, iremos manter os procedimentos já implementados em anos anteriores, nomeadamente iremos continuar a avaliar e a desenvolver o Plano de Cuidados Individuais dos idosos. Estes documentos serão alvo das reavaliações periódicas, de acordo com as normas e critérios dos sistemas da qualidade.



**ATIVIDADES DE INTERVENÇÃO EM ERPI**

Atividade	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
<b>Coordenação e Ação social</b>					
Coordenação do serviço	<ul style="list-style-type: none"> <li>Planear, coordenar, supervisionar e avaliar o funcionamento da ERPI</li> <li>Articular com a Direção</li> <li>Articular com o CDSS DE Coimbra</li> <li>Melhorar a qualidade e a eficiência dos serviços,</li> <li>Coordenar e supervisionar o funcionamento do Lar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elaboração de documentação inerente ao serviço/função</li> <li>Elaboração de relatórios</li> <li>Enviar os mapas de frequência</li> <li>Atendimentos/ contactos</li> <li>Reuniões periódicas.</li> <li>Monitorização das caixas de reclamações, sugestões e elogio</li> <li>Implementar o regulamento geral da proteção de dados</li> <li>Inscrição de utentes;</li> <li>Realizar o acolhimento dos utentes e o programa de acolhimento</li> <li>Elaborar relatórios sociais</li> <li>Elaborar e atualizar sempre que necessários os contratos de prestação de serviços</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora Técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Viaturas</li> <li>Equipamento informático</li> <li>Documentação</li> <li>Material pedagógico</li> </ul>
Admissão de Utentes Acolhimento dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a integração dos idosos, minimizando o impacto da institucionalização</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inscrição de utentes;</li> <li>Realizar o acolhimento dos utentes e o programa de acolhimento</li> <li>Elaborar relatórios sociais</li> <li>Elaborar e atualizar sempre que necessários os contratos de prestação de serviços</li> </ul>	Ao longo do ano	Equipa Técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material pedagógico e informático</li> </ul>
Garantir a prestação de serviços centrados na pessoa idosa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a qualidade de vida dos utentes</li> <li>Garantir a prestação e melhoria contínua dos serviços, por ex limpeza, cozinha, lavandaria e transportes</li> <li>Zelar pela satisfação das necessidades e expectativas do utente</li> <li>Avaliar as situações socio-económicas e familiares</li> <li>Informar sobre serviços e outros apoios</li> <li>Acompanhar as famílias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Garantir o Cumprimento do PIC</li> <li>Monitorização do objetivos</li> <li>Avaliação e revisão dos cuidados prestados aos idosos</li> <li>Supervisionar a prestação de cuidados</li> </ul>	Ao longo do ano	Todos colaboradores	<ul style="list-style-type: none"> <li>A definir</li> </ul>
Atendimento a utentes e familiares	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a saúde mental e bem-estar psicológico</li> <li>Estimular o diálogo, partilha de vivência e sentimentos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de reuniões</li> <li>Acompanhamento das situações</li> <li>Encaminhamento para outros serviços</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material pedagógico informático</li> </ul>
Apoio Psicossocial		<ul style="list-style-type: none"> <li>Acompanhamento individual e familiar, através de reuniões ou visitas</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material pedagógico e informático</li> </ul>

*[Handwritten signatures and initials]*





Atividade	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
Gestão de conflitos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melhorar a qualidade de vida dos utentes</li> <li>Promover a relação interpessoal dos utentes, utentes- colaboradores</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Intervir em situações de conflito</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>A definir</li> </ul>
Animação e socialização	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes.</li> <li>Incentivar a participação em atividades de animação e lazer</li> <li>Organizar atividades lúdicas que permitam o convívio e o bem-estar</li> <li>Organização e avaliação de Serviços;</li> <li>Avaliação de Necessidades</li> <li>Sensibilização para determinadas problemáticas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de convívios e festas</li> <li>Programação de atividades socio recreativas</li> </ul>	Ao longo do ano	Animadora Técnica e equipa de SAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>Materiais a definir consoante a atividade promovida</li> </ul>
Reuniões com o pessoal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organização e avaliação de Serviços;</li> <li>Avaliação de Necessidades</li> <li>Sensibilização para determinadas problemáticas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Plano de reunião e elaboração de relatórios</li> </ul>	Trimestral	Todos os colaboradores	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material pedagógico informático</li> </ul>
Avaliação das necessidades de formação	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conhecer as reais necessidades onde é preciso apostar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reuniões com os colaboradores</li> <li>Reuniões com utentes</li> </ul>	Anual	Todos os colaboradores	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inquéritos</li> </ul>
Reuniões de Direção	<ul style="list-style-type: none"> <li>Informação sobre o desenvolvimento da valência</li> <li>Apresentação de propostas de melhoria</li> <li>Sensibilizar para a problemática</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reunião com a responsável do serviço</li> </ul>	Mensal	Direção Diretora Técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material pedagógico</li> </ul>
Organização e atualização dos processos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elaboração do PCI e promover condições para garantir o seu cumprimento</li> <li>Apoiar o utente no desenvolvimento de AVD's</li> <li>Criação de um projeto de vida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preenchimento anual do PCI</li> <li>Levantamento de sugestões, necessidades e expectativas dos utentes</li> <li>Definir ações e objetivos concretizáveis</li> <li>Monotorização e avaliação dos planos</li> </ul>	Anual	Diretora técnica	Material pedagógico e informático
Avaliação de satisfação dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melhorar o serviço prestado</li> <li>Procurar a melhoria da satisfação dos utentes e responsáveis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Observação direta</li> <li>Inquéritos</li> </ul>	Anual	Utentes de e famílias	Material pedagógico e informático
<b>Promoção da saúde e prevenção da doença</b>					
Acompanhamento médico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contribuir para o bem-estar em termos de saúde dos utentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consultas médica realizadas 1 vez por semana para Instituição</li> <li>Acompanhamento a consultas e exames marcados</li> <li>Encaminhamento sempre que necessários para serviços médicos</li> </ul>	Ao longo do anos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Médico</li> <li>Enfermeiros,</li> <li>Ajudante ação médica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material pedagógico e informático</li> <li>Viatura para transporte dos utentes</li> </ul>

*Handwritten signatures and initials in the top right corner of the page.*



Atividade	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
Cuidados de enfermagem	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Contribuir para o melhorar o bem-estar em termos de saúde dos utentes</li> <li>▪ Melhorar a qualidade de vida e promover a autonomia</li> <li>▪ Fomentar a comunicação entre colaboradores e família</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gestão, controlo e administração da medicação</li> <li>▪ Avaliação dos sinais vitais (glicémia, tensão arterial)</li> <li>▪ Realização de tratamentos de enfermagem,</li> <li>▪ Atualização do plano de cuidados</li> <li>▪ Vigilância do estado geral do utente</li> <li>▪ Avaliação do risco de queda</li> <li>▪ Prevenir úlceras de pressão</li> <li>▪ Adequar a dieta do utente ao seu estado clínico.</li> <li>▪ Esclarecimento de dúvidas aos utentes e familiares</li> <li>▪ Incentivar/motivar autonomia do utente</li> <li>▪ Agendamento e preparação para consultas médicas</li> <li>▪ Encaminhamento para consultas e hospitalais</li> </ul>	Ao longo do ano	Enfermeiros auxiliados pelas ajudantes de ação médica e ajudante ação direta	Material necessário à prática da enfermagem

*[Handwritten signature]*



## 2- Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

O SAD é a resposta social que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito. Através da implementação do serviço de apoio domiciliário procuramos evitar a institucionalização precoce dos idosos em estruturas residenciais, permitindo promover medidas preventivas do isolamento e exclusão social.

O idoso deverá ser o centro da ação, enquanto ator de intervenção baseando toda a abordagem social nas necessidades específicas que este apresenta, multidimensionais e contextualizadas. Assim sendo, pretende-se garantir e zelar pelo exercício pleno dos direitos e deveres de cidadania, no respeito pela dignidade e liberdade de escolha dos utentes. Esta centralidade no cidadão não significa o fechamento face à realidade social que contextualiza a intervenção, antes pelo contrário, significa que face às necessidades que o utente apresenta e ao Plano Individual definido, temos de incidir a nossa ação nos sistemas sociais, onde se inclui a família, preparando-os para que se constituam como facilitadores do processo de autonomização do utente. O estabelecimento de uma relação próxima e significativa construída com o utente, numa base de confiança mútua, permitirá o exercício pleno dos direitos e deveres de cidadão e a defesa dos interesses deste em todas as situações.

A elaboração do diagnóstico social e a inventariação das necessidades multidimensionais específicas e as diferentes implicações no quotidiano do utente, estão na base da intervenção do Serviço Social na SAD. Este diagnóstico só está completo se conhecerem os recursos e as potencialidades pessoais do utente, assim como os recursos familiares e sociais de que dispõe. Este processo será mais sustentável quanto mais implicar o utente na definição, execução e avaliação das suas necessidades, permitindo o desenvolvimento de um Plano Individual realista.

No plano individual de cuidados do utente deverão ser estabelecidos objetivos, estratégias e ações prioritárias, a médio e longo prazo, que corresponda às necessidades e potencialidades diagnosticadas em cada momento de avaliação do processo. Respeitando a especificidade das intervenções dos diferentes serviços no processo, importa adotar uma cultura de trabalho integrado, partilhando informação pertinente, concertando intervenções, com o objetivo de contribuir para a manutenção da qualidade de vida dos utentes.



São objetivos do SAD:

- Concorrer para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias;
- Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- Contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais;
- Promover estratégias de desenvolvimento da autonomia;
- Prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes, sendo estes objeto de contratualização;
- Facilitar o acesso a serviços da comunidade;
- Reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores.

Para a prossecução dos seus objetivos o SAD proporciona um conjunto diversificado de serviços, em função das necessidades das pessoas, nomeadamente:

- Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Tratamento da roupa do uso pessoal do utente;
- Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade;
- Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio;



**ATIVIDADES DE INTERVENÇÃO EM SAD**

ACTIVIDADE	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
Coordenação do serviço	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Planear, coordenar, supervisionar e avaliar o funcionamento da ERPI</li> <li>▪ Articular com a Direção</li> <li>▪ Articular com o CDSS DE Coimbra</li> <li>▪ Melhorar a qualidade e a eficiência dos serviços,</li> <li>▪ Coordenar e supervisionar o funcionamento do Lar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaboração de documentação inerente ao serviço/função</li> <li>▪ Elaboração de relatórios</li> <li>▪ Enviar os mapas de frequência</li> <li>▪ Atendimentos/ contactos</li> <li>▪ Reuniões periódicas.</li> <li>▪ Implementar o regulamento geral da Proteção de dados</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora Técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Viaturas</li> <li>▪ Equipamento informático</li> <li>▪ Documentação</li> </ul>
Garantir a prestação de serviços centrados na pessoa idosa	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Contribuir para a qualidade de vida dos Utentes;</li> <li>▪ Garantir a prestação de serviços em SAD</li> <li>▪ Colmatar as necessidades que os utentes ou os seus familiares não conseguem assegurar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Registos dos serviços prestados na resposta social</li> <li>▪ Garantir o Cumprimento do PIC</li> <li>▪ Monitorização do objetivos</li> <li>▪ Avaliação e revisão dos cuidados s prestados aos idosos</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora Técnica e equipa de SAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Viatura</li> <li>▪ Material necessário à prestação dos cuidados</li> </ul>
Atendimento a utentes e familiares	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Avaliar as situações</li> <li>▪ Informar sobre serviços e outros apoios</li> <li>▪ Acompanhar as famílias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Realização de reuniões</li> <li>▪ Acompanhamento das situações</li> <li>▪ -Encaminhamento para outros serviços</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gabinete ou carrinha da Instituição para realizar visitas domiciliárias</li> </ul>
Apoio Psicossocial	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover a saúde mental e bem-estar psicológico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Acompanhamento individual e familiar, através de reuniões ou visitas</li> </ul>	Ao longo do ano	Diretora técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sala de reuniões ou viatura para realizar as visitas</li> <li>▪ Material pedagógico e informático</li> </ul>
Animação e Socialização	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes.</li> <li>▪ Incentivar a participação em atividades de animação e lazer</li> <li>▪ -Organizar atividades lúdicas que permitam o convívio e o bem-estar</li> <li>▪ Organização e avaliação de Serviços;</li> <li>▪ Avaliação de Necessidades</li> <li>▪ Sensibilização para determinadas problemáticas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Realização de convívios e festas</li> <li>▪ Programação de atividades socio recreativas</li> <li>▪ Auxílio na realização de tarefas do quotidiano: apoio nas compras; acompanhamento a entidades.</li> <li>▪ Plano de reunião e elaboração de relatórios</li> </ul>	Ao longo do ano	Animadora e Técnica e equipa de SAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Viatura</li> <li>▪ Materiais a definir consoante a atividade promovida</li> </ul>
Reuniões com o pessoal do SAD			Trimestral	Diretora e pessoal afeto ao SAD	Material pedagógico e informático

*[Handwritten signatures and initials]*



ATIVIDADE	Objetivos	Métodos	Período	Recursos	
				Humanos	Materiais
Avaliação das necessidades de formação	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conhecer as reais necessidades onde é preciso apostar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reuniões com os colaboradores</li> <li>▪ Reuniões com utentes</li> </ul>	Anual	Pessoal afeto ao SAD	Questionário
Reuniões de Direção	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Informação sobre o desenvolvimento da valência</li> <li>▪ Apresentação de propostas de melhoria</li> <li>▪ Sensibilizar para a problemática</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reunião com a responsável do serviço</li> </ul>	Mensal	Direção Diretora Técnica	Sala de reuniões
Organização e atualização dos processos	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaboração do PCI</li> <li>▪ Apoiar o utente no desenvolvimento das AVD's</li> <li>▪ Criação de um projeto de vida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Preenchimento anual do PCI</li> <li>▪ Levantamento de sugestões, necessidades e expectativas dos utentes</li> <li>▪ Definir ações e objetivos concretizáveis</li> <li>▪ Monitorização e avaliação dos planos</li> </ul>	Anual	Diretora técnica	Material pedagógico e informático
Avaliação de satisfação dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melhorar o serviço prestado</li> <li>▪ Procurar a melhoria da satisfação dos utentes e responsáveis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Observação direta</li> <li>▪ Inquéritos</li> </ul>	Anual	Utentes de SAD e famílias	Questionários

*R. Raia*  
*J. J. J.*



## PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

---



## **1-Planificação das atividades de animação sociocultural**

O plano de atividades é um instrumento orientador da atuação junto dos utentes, procurando promover o envelhecimento ativo e de qualidade de vida, prevenindo e retardando das dificuldades características desta faixa etária, bem como explorar e incentivar as potencialidades e assim promover o bem-estar psicológico e social dos idosos.

No planeamento e organização das atividades, procurou-se ir ao encontro das expectativas, gostos e interesses dos clientes, numa tentativa de envolvimento ativo e de promoção do *empowerment*. Procurou-se, ainda que, este seja um plano heterogéneo e adequado às necessidades dos idosos, contemplando atividades de lazer, culturais e desportivas.

A animação do idoso deve em primeiro lugar, respeitar o indivíduo, os seus direitos, as suas escolhas, privacidade, participação, o seu tempo e personalidade. Só assim, o idoso poderá sentir-se integrado na Instituição que o acolhe e assim conseguir ser um agente ativo e participativo dentro e fora da Instituição. Procuramos sempre valorizar as histórias que os idosos preservam e acreditam com o objetivo de a seu tempo lhes consigam atribuir um significado mais adaptativo e que lhes possibilite ter um final de vida de maior qualidade e com menos sentimentos negativos.

Algumas das atividades dos planos anteriores, mantêm-se uma vez que têm dado bons resultados e que os utentes se mostram interessados em continuar, pois os seus efeitos são benéficos. Por outro lado, pretendemos desenvolver outras atividades que promovam o convívio e o bem-estar físico e psíquico e social dos idosos .

A avaliação é efetuada no final de cada ano através da elaboração do relatório anual de atividades, com o recurso à análise dos dados recolhidos no mapa de presenças, avaliação individual, dos registos semanais de atividades e observação direta nas atividades.

O plano de atividades para 2020 pretende seguir a linha de trabalho dos anos anteriores, proporcionando diferentes atividades e experiencias direcionadas para os diferentes níveis de autonomia e dependência. Assim sendo, neste plano serão apresentados diversos ateliers, atividades inter-geracionais, esperando-se uma melhoria do grau de satisfação, partilha de conhecimentos, aumento da confiança, manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas, melhoria da qualidade de vida e autonomia.





**PLANO DE ATIVIDADE SOCIOCULTURAL DE ERPI E SAD**

Ateliere	Atividades	Objetivos	Periodicidade	Indicadores/ Avaliação	Recursos		Destinatários
					Humanos	Materiais	
<b>Atividades de estimulação cognitiva/sensorial</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jogos de memória;</li> <li>▪ Jogo de diferenças;</li> <li>▪ Palavras cruzadas e sopa de letras;</li> <li>▪ Escrita/ leitura;</li> <li>▪ Identificar sons/ cheiros/ texturas;</li> <li>▪ Jogos de mesa/ tradicionais de imagens;</li> <li>▪ Cartas/ dominó</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desenvolver e estimular a concentração, a memória e as capacidades de raciocínio, retardando a perda de memória.</li> <li>▪ Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual</li> <li>▪ Promover os valores da amizade, da solidariedade, do convívio, bem como a inclusão social</li> <li>▪ Incentivar a participação e a estimulação das capacidades dos idosos;</li> </ul>	Semanal	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Papel, caneta, jogos, telas, tintas, feltro, materiais recicláveis, pinceis, lápis.	Lar e SAD
<b>Atividades psicomotoras</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aulas de educação física;</li> <li>▪ Exercícios físicos</li> <li>▪ Exercícios personalizados a cada idoso;</li> <li>▪ Jogos didáticos/ tradicionais</li> <li>▪ Caminhadas/passeios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Exercícios de mobilização individuais, contribuindo para aumentar a autonomia e o bem-estar dos idosos;</li> <li>▪ Exercitar a função cardiovascular e respiratória;</li> </ul>	Semanal	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Animadora</li> <li>▪ Professor de Educação Física</li> </ul>	Bolas, arcos	Lar e SAD
<b>Dinâmicas de grupo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Recordar músicas, quadras, tradições e costumes;</li> <li>▪ Conversas/ comentários de leituras de jornais;</li> <li>▪ Momentos de estética/ beleza</li> <li>▪ Conversas informais;</li> <li>▪ Cantares de músicas tradicionais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Permitir a partilha das suas emoções e sentimentos</li> <li>▪ Estimular a comunicação verbal e a interação com os outros</li> <li>▪ Promover os valores da amizade, da solidariedade, do convívio, bem como a inclusão social</li> <li>▪ Proporcionar momentos de lazer; descontração e convívio.</li> <li>▪ Valorizar o papel do utente na Instituição</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Animadora;</li> <li>▪ Ajud Ação Direta</li> <li>▪ Aux serviços gerais</li> </ul>	A definir consoante a atividade	Lar e SAD
<b>Atividades culturais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Visita a exposições/ museus/ igreja/ biblioteca/ intercâmbio entre IPSS's;</li> <li>▪ Assistir a eucaristias (presencial ou na televisão);</li> <li>▪ Rezar o terço</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover que os idosos possam expressar/ vivenciar a sua cultura e religião</li> <li>▪ Promover os valores da amizade, da solidariedade, do convívio, da educação, família e da nossa história e tradições, bem como a inclusão social.</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Animadora;</li> <li>▪ Ajud Ação Direta</li> <li>▪ Aux serviços gerais</li> </ul>	A definir consoante a atividade	Lar e SAD

*[Handwritten signatures and initials]*



Ateliers	Atividades	Objetivos	Periodicidade	Indicadores/ Avaliação	Recursos		Destinatários
					Humanos	Materiais	
Comemoração dos Aniversários	<ul style="list-style-type: none"> <li>Festejar os aniversários dos utentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover os valores da amizade, da solidariedade, do convívio, bem como a inclusão social</li> <li>Preservar a identidade dos idosos</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes</li> <li>Grau de satisfação dos utentes</li> <li>Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Todos os colaboradores</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo, velas</li> </ul>	Lar e SAD
Atelier de culinária	<ul style="list-style-type: none"> <li>Confeção de receitas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilhar conhecimentos de receitas</li> <li>Estimular a participação</li> <li>Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes</li> <li>Grau de satisfação dos utentes</li> <li>Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Animador,</li> <li>Cozinheira</li> <li>Ajudante de cozinha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alimentos, toalhas, aventais</li> </ul>	Lar e SAD
Visionamento de filmes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visualização de filmes antigos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimular a capacidade de atenção e debate</li> <li>Recordar momentos antigos</li> <li>Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes</li> <li>Grau de satisfação dos utentes</li> <li>Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Animadora</li> <li>Ajud. Ação Direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filme, televisão, videoprojector</li> </ul>	Lar e SAD
Hora do conto	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hora do conto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilhar experiências</li> <li>Promover os valores da amizade, da solidariedade, do convívio, bem como a inclusão social</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes</li> <li>Grau de satisfação dos utentes</li> <li>Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Biblioteca da Câmara Municipal de Góis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Livros</li> </ul>	Lar e SAD
Biblioteca itinerante	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ida à biblioteca itinerante</li> <li>Hora do Conto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a escuta ativa e partilha de história e recordações</li> <li>Promover experiências diferentes</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes</li> <li>Grau de satisfação dos utentes</li> <li>Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Animadora</li> <li>Biblioteca itinerante da ADFP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Livros</li> </ul>	Lar e SAD
Caminhadas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realização de caminhadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a saúde e o bem-estar</li> <li>Promover o convívio social e reforço de laços afetivos</li> <li>Transformar o tempo de ócio em lazer</li> </ul>	Mensal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes</li> <li>Grau de satisfação dos utentes f</li> <li>Observação direta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Animadora</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Não aplicável</li> </ul>	Lar e SAD

*[Handwritten signatures and initials]*



**PLANIFICAÇÃO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS 2020**

Mês	Atividade	Objetivos	Indicadores/ Avaliação	Recursos		Destinatários
				Humanos	Materiais	
JANEIRO	Dias dos Reis ▪ "Vamos cantar as Janeiras"	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reviver tradições;</li> <li>▪ Proporcionar momentos de diversão e descontração</li> <li>▪ Promover o convívio entre utentes, funcionárias da Instituição e restante comunidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes;</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	A definir	Lar
	Dia da Saudade- 30 de Janeiro Escrever uma carta a alguém especial	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Exprimir emoções e sentimentos</li> <li>▪ Promover a participação dos idosos;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes;</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Caneta, papel	Lar
FEVEREIRO	Dia de São Valentim Realização de um cartão da amizade	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fortalecer laços afetivos, dar e receber afetos</li> <li>▪ Valorizar a amizade</li> <li>▪ Promover o convívio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Cartão, tintas, lápis, tesoura, canetas	Lar
	Festa de Carnaval Preparativos para a festa de carnaval a realizar na Instituição	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos;</li> <li>▪ Contrariar o desenraizamento social dos idosos;</li> <li>▪ Incrementar a participação ativa dos idosos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Roupas e tecidos velhos; pinturas; materiais que possam ser recicláveis	Lar e SAD
MARÇO	Dia internacional da Mulher Sessão de beleza às utentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover momento de convívio;</li> <li>▪ Inculcar valores de igualdade de género, valorizando o papel da mulher na sociedade;</li> <li>▪ Refletir sobre o papel da mulher na atualidade em comparação há cerca de 50 anos;</li> <li>▪ Promover a interação e coesão grupal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	A definir	Lar
	Comemoração do Dia Mundial da Floresta "Vamos plantar uma árvore ou uma planta"	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sensibilizar os idosos para as questões relacionadas com o ambiente</li> <li>▪ Promover a participação dos idosos;</li> <li>▪ Estimular a motricidade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Árvore, enxadas, regador	Lar

*[Handwritten signatures and initials]*



Mês	Atividade	Objetivos	Indicadores/ Avaliação	Recursos		Destinatários
				Humanos	Materiais	
ABRIL	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia Mundial da Saúde- 7 de Abril</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover bem-estar dos clientes,</li> <li>▪ Prevenir doenças cardiovasculares, entre outras.</li> <li>▪ Alertar os idosos para a prática de saúde e bem - estar, bem com hábitos de vida saudáveis na prevenção de doenças.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora Enfermeiro Aux Ação Direta	A definir	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia dos monumentos- 18 de Abril Visita ao museu do Ferreiro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Proporcionar momentos de partilha de saberes;</li> <li>▪ Reviver tradições;</li> <li>▪ Proporcionar momentos de diversão e descontração</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes;</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora Aux Ação Direta	Não aplicável	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Atividade alusivas à Páscoa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Motivar os idosos a fazerem parte integrante da vida ativa da Instituição no seu dia-a-dia;</li> <li>▪ Estimular a motricidade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora Aux Ação Direta	Material para os trabalhos manuais	Lar
MAIO	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comemoração do Dia 25 de Abril Atividade "O antes e o depois do 25 de Abril"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos;</li> <li>▪ Partilha de experiências entre idosos sobre " Como era a vida antes do 25 de Abril"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Papel, caneta,	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comemorações da aparição de Fátima - 13 de Maio Visualização em direto das comemorações da aparição de Fátima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relembrar hábitos, costumes</li> <li>▪ Fomentar a prática religiosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Televisão	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comemoração do Dia Internacional da Família Comunicação com os familiares via messenger</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Computador e acesso WI	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia da espiga- 21 de Maio Passeio pelo campo e realização de um arranjo de flores</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Não aplicável	Lar

*[Handwritten signatures and initials]*



Mês	Atividade	Objetivos	Indicadores/ Avaliação	Recursos		Destinatários
				Humanos	Materiais	
JUNHO	<b>Dia Mundial do Ambiente – 5 de Junho</b> Trabalho realizado com materiais recicláveis	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Realizar trabalhos manuais com desperdícios</li> <li>▪ Desenvolver a sensibilidade estética e criativa utilizando matérias recicladas</li> <li>▪ Proporcionar à população idosa das várias valências atividades ocupacionais, lúdicas, recreativas e culturais;</li> <li>▪ Promover o convívio e o bem-estar;</li> <li>▪ Promover o conhecimento da cultura e das tradições.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Materialis recicláveis	Lar
	<b>Arraial dos Santos Populares e jogos tradicionais</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Alimentação	Lar e SAD
	<b>Dia Europeu da Música – 21 de Junho</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Motivar os idosos a fazerem parte integrante da vida ativa da Instituição no seu dia-a-dia;</li> <li>▪ Promover o convívio social e bem-estar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Rádio
JULHO	<b>Dia Mundial do chocolate</b> Confeção de um bolo de chocolate	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Partilhar conhecimentos de receitas</li> <li>▪ Estimular a participação</li> <li>▪ Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Produtos para confeção do bolo	Lar
	<b>Dias dos Avós - 26 de Julho</b> Comunicação via messenger com os netos	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Estreitar laços entre avós e netos;</li> <li>▪ Promover um dia diferente: Sensibilizar para a importância das relações familiares e dos mais idosos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Computador e acesso WI-FI	Lar
	<b>Dia Internacional do amigo- 30 de Julho</b> Realizar uma lembrança e trocar com os amigos	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desenvolver as competências: auto-estima, autoconceito, autoconfiança e autonomia;</li> <li>▪ Relembrar de uma maneira diferente, as atividades e os passeios que se foram realizando até à data</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora Ajud Ac. Direta	A definir	Lar
AGOSTO	<b>Dia Mundial da Fotografia – 19 de Agosto</b> Realização de uma sessão fotográfica e exposição	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reforçar nos idosos o gosto pela fotografia;</li> <li>▪ Fomentar a autoestima;</li> <li>▪ Dar visibilidade ao trabalho desenvolvido pela Instituição</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes;</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Máquina fotográfica	Lar



Mês	Atividade	Objetivos	Indicadores/ Avaliação	Recursos		Destinatários
				Humanos	Materiais	
SETEMBRO	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer- 21 de Setembro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fornecer informações sobre o tema Promover a Saúde</li> <li>▪ Fomentar e discutir ideias e opiniões</li> <li>▪ Desmistificar preconceitos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	A definir	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia Mundial do Coração - 29 de Setembro Caminhada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melhorar a qualidade de vida e o bem-estar dos utentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Não aplicável	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia Internacional do Idoso Atividade intergeracional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Proporcionar à população idosa várias atividades ocupacionais, lúdicas, recreativas e culturais;</li> <li>▪ Motivar os idosos a fazerem parte integrante da vida ativa da Instituição no seu dia-a-dia;</li> <li>▪ Incentivar familiares e amigos para o voluntariado e participação nas ações realizadas pela Instituição.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Alimentação e transporte	Lar e SAD
OUTUBRO	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aparições de Fátima- 13 de Outubro Visualização em direto das comemorações da aparição de Fátima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relembrar hábitos, costumes</li> <li>▪ Fomentar a prática religiosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Televisão	Lar
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia da Alimentação - 16 de Outubro - Sobremesa saudável</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conscientizar os idosos para estilos de vida saudáveis</li> <li>▪ Explicar aos idosos e crianças, a importância da alimentação para doenças como: diabetes, colesterol, AVC, entre outros.</li> <li>▪ Refletir sobre as alterações nos hábitos alimentares; "O que se comia antigamente e o que se come hoje"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nº de participantes •</li> <li>▪ Grau de satisfação dos utentes</li> <li>▪ Observação direta</li> </ul>	Animadora	Produtos para confeção da sobremesa	Lar

*Handwritten signatures and initials in the top right corner of the page.*



Mês	Atividade	Objetivos	Indicadores/Avaliação	Recursos		Destinatários
				Humanos	Materiais	
NOVEMBRO	<b>Dia Mundial do Cinema</b> Visionamento do filme " Pátio das cantigas"	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimular a capacidade de atenção e debate</li> <li>Recordar momentos antigos</li> <li>Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes •</li> <li>Grau de satisfação dos utentes face ao Atelier;</li> <li>Observação direta</li> </ul>	Animadora	Televisor, computador	Lar
	<b>Dia de São Martinho</b> Magusto intergeracional	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proporcionar momentos de partilha de saberes, diversão e descontração</li> <li>Reviver tradições;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes •</li> <li>Grau de satisfação dos utentes</li> <li>Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Castanhas, jeropiga, sumos	Lar e SAD
DEZEMBRO	<b>Dia dos Direitos Humanos - 10 de Dezembro</b> "A importância dos Direitos Humanos"- elaboração de painel	<ul style="list-style-type: none"> <li>Criar momentos de aprendizagem e reflexão sobre os direitos humanos</li> <li>Promover a participação ativa dos idosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes •</li> <li>Grau de satisfação dos utentes face ao Atelier;</li> <li>Observação direta</li> </ul>	Animadora	Caneta, papel,	Lar
	<b>Preparação da Festa de Natal e decoração dos espaços</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover atividades de valorização pessoal e autoestima;</li> <li>Desenvolver as relações interpessoais e sentimentos de utilidade;</li> <li>Vivenciar o espírito natalício</li> <li>Sensibilizar para os conceitos inerentes a esta época- partilha e solidariedade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes •</li> <li>Grau de satisfação dos utentes</li> <li>Observação direta</li> </ul>	Animadora, Ajud Ac. Direta	Decoração de Natal e material para realização de trabalhos alusivos a esta quadra	Lar
	<b>Festa de Natal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Permitir o convívio entre os utentes, funcionários e Direção da Instituição;</li> <li>Proporcionar um dia diferente na Instituição, melhorando a qualidade de vida e o bem-estar dos utentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nº de participantes •</li> <li>Grau de satisfação dos utentes face ao Atelier;</li> <li>Observação direta</li> </ul>	Todos os colaboradores	Alimentação, transporte para utentes de SAD	Lar e SAD

A execução das atividades propostas poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar a seu desenvolvimento normal, pelo que, ao longo do ano, poderão ser adotadas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades, provenientes das parcerias estabelecidas na comunidade.

O plano de atividades para o ano de 2020 é um resumo sintético das dinamizações que irão ser realizadas entre Janeiro e Dezembro, sendo depois realizada uma programação mensal e semana.



*A. P. Costa*  
*[Signature]*  
*[Signature]*

# CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL 2020

---





## INTRODUÇÃO

De acordo com o previsto nos Estatutos do CENTRO PAROQUIAL DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DA FREGUESIA DE ALVARES, vem nesta ocasião a Direção apresentar aos Senhores Associados os documentos previsionais para o ano fiscal de 2020, designadamente:

- CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL
- ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS E DESINVESTIMENTOS

A direção do Centro Paroquial procurou construir um documento claro e completo, que inclui os contributos das diversas unidades da instituição. Para além disso é continuado o caminho de aprofundamento da transparência e rigor.

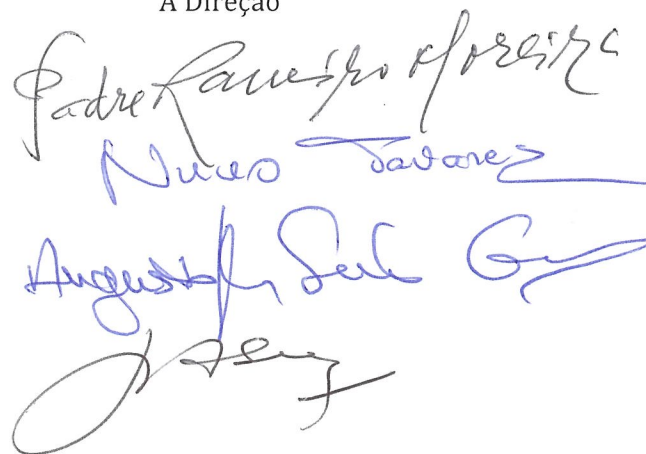
Este é um caminho que não pode ser descurado, já que estabelece critérios que visam a manutenção de uma relação de confiança que se quer cada vez mais estreita, e se deseja para todos que usufruem e trabalham nesta instituição.

Pela nossa parte, assumimos o compromisso de dignificar o nome da Instituição, pautando a nossa conduta de gestão pelos valores da dignidade, rigor e transparência.

Passamos a analisar em seguida a Conta de Exploração Previsional e Orçamento de Investimentos e Desinvestimentos relativos ao ano 2020.

Alvares, 26 de novembro de 2019

A Direção





## PRESSUPOSTOS GERAIS

A Conta de Exploração Previsional apresentada teve em consideração métodos estatísticos, medidas e ações a desenvolver e realidades em concreto.

Foi ainda considerada a conjuntura económica do país, e em particular a do sector social.

Assim, passamos a apresentar este documento, com algumas explicações de algumas rubricas que nos merecem destaque.

Prevê-se um Resultado Líquido negativo para o ano de 2020 no valor de 67.089,82€.

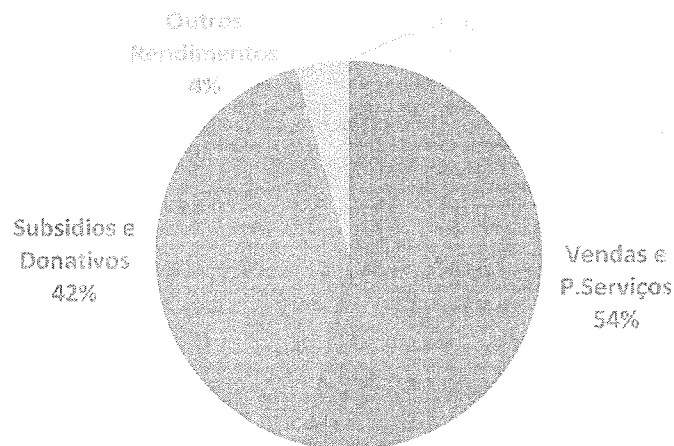
## RENDIMENTOS E GANHOS

O total de Rendimentos e Ganhos previstos para o ano de 2020 ascende a 1.194.046,56€, sendo que algumas rubricas se destacam.

Na rubrica de Vendas e Prestação de Serviços, estima-se que a Instituição receba cerca de 644.262,33€, representando 54% do total dos Rendimentos e Ganhos. Pela sua importância segue-se a rubrica de Subsídios do Estado e outros entes públicos e Donativos com cerca de 42%.

Segue-se gráfico exemplificativo.

Vendas e P.Serviços	644.262,33	0,54
Subsidios e Donativos	496.618,36	0,42
Outros Rendimentos	52.477,16	0,04
Juros	688,71	0,00
TOTAL	1.194.046,56	1,00

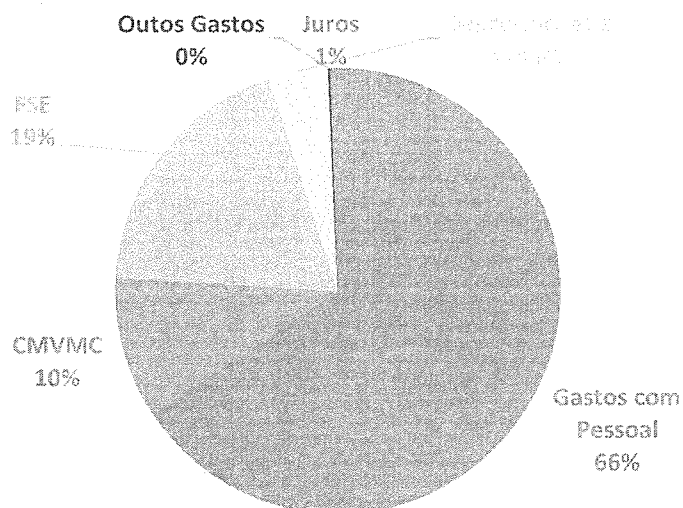


## GASTOS E PERDAS

Do total de Gastos e Perdas orçamentados que ascendem a 1.261.136,37€. Cerca de 66% são Gastos com o Pessoal com 828.785,08€. Cerca de 19% são custos com Fornecimentos e Serviços Externos (honorários, água, luz, gás e outros), ou seja custos inerentes ao funcionamento da atividade corrente da Instituição.

Segue-se gráfico exemplificativo.

Gastos com Pessoal	828.785,08	0,66
CMVMC	129.671,73	0,10
FSE	239.236,50	0,19
Depreciações e Amort.	55.000,00	0,04
Outos Gastos	2.267,45	0,00
Juros	6.175,61	0,01
<b>TOTAL</b>	<b>1.261.136,37</b>	<b>1,00</b>





## MEMÓRIA JUSTIFICATIVA

Para o cálculo dos valores do Orçamento de 2020 foi tida em conta a última Previsão do Banco de Portugal, de que a Taxa de Inflação em Portugal para o ano 2020 será de 1,6%.

Para além do pressuposto anterior tivemos ainda as seguintes considerações:

### GASTOS E PERDAS

#### 63 Gastos com o Pessoal

Considerou-se o aumento do salário mínimo nacional para 635,00€.

#### 641 Gastos de Depreciação e de Amortização

Com base no apuramento feito, prevemos que o valor das Depreciações e Amortizações em 2020 será de aproximadamente 55.000,00€.

### RENDIMENTOS E GANHOS

#### 7883 Imputação de Subsídios para o Investimento

Estimamos que o valor global desta rubrica em 2020 importe em 4.258,65€, sendo que 1.029,90 diz respeito à imputação do apoio financeiro obtido para ampliação do lar e Centro de Dia de S. Mateus. O remanescente (3.228,75€) é relativo ao subsídio para aquisição da carrinha 32-NJ-06.

Mais à frente, nomeadamente nos documentos Anexos, iremos verificar os Mapas de Exploração Previsional para o ano 2020, onde se poderá compreender melhor as previsões que apresentamos.



*[Handwritten signatures]*

ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS E  
DESINVESTIMENTOS  
2020





A Direção do Centro Paroquial de Solidariedade Social da Freguesia de Alvares tem-se debatido pela melhoria das condições das infraestruturas desta instituição, sem esquecer as necessidades básicas dos nossos utentes e trabalhadores.

Esse é um caminho que não pode ser ignorado pelo que apesar dos constrangimentos de ordem financeira, tudo faremos no sentido de concretizarmos os seguintes investimentos:

**Estimamos um Investimento para o ano 2020 de cerca de 100.000,00€ para:**

A Direção pretende instalar no terreno limítrofe à igreja e ao lar, uma casa pré fabricada. Esta casa será dividida em duas pequenas moradias com o objetivo de apoiar idosos que se encontram ainda em situações de independência, mas que possam usufruir dos serviços comuns à resposta social lar, nomeadamente alimentação, cuidados de enfermagem/ médicos, serviços de animação, entre outros.

No equipamento de Cortes, a Instituição irá continuar a realizar as obras de remodelação/ requalificação do Lar de Cortes, iniciadas nos anos anteriores. Este processo é muito complexo, sendo necessário reformular o projeto de arquitetura existente de forma a cumprir as exigências assinaladas pelo Instituto de Segurança Social, nomeadamente reestruturação de alguns quartos, balneários, instalações sanitárias, entre outros. Durante o ano de 2020, também se prevê adquirir/ substituir equipamentos indispensáveis ao funcionamento das respostas sociais.

Pretendemos, também, substituir o software do sistema de faturação e contabilidade SAGE para o F3M, de forma a se ajustar melhor à realidade da Instituição, uma vez que o sistema utilizado atualmente apresenta alguns constrangimentos. O software de gestão da F3M adaptado ao setor social permite a administração e organização integrada de todas as áreas da entidade, sempre em linha com as exigências legais e funcionais, nomeadamente gerir utentes, frotas, tesouraria e processamento de salários, torna-se mais rápido, simples e eficaz.

No setor dos transportes prevê-se uma melhoria significativa na rentabilidade da utilização das viaturas, através de um maior controlo/ inspeção das mesmas, um maior rigor na gestão dos percursos. Prevê-se a aquisição de uma viatura afeta ao equipamento de Alvares e a venda da carrinha Renault Master 16 lugares.



*[Handwritten signatures]*

## ANEXOS

---

MÊS BALANCETE REFERÊNCIA: 9

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL

CÓDIGO DAS CONTAS	DESIGNAÇÃO	ANO N-1		CORRECÇÕES POR REDUÇÕES/AUMENTOS/ACTIVIDADE OU OUTROS ÍNDICES DE ACTUALIZAÇÕES	ORÇAMENTO ANO 2020
		BALANCETE ACTUALIZADO MÊS Setembro	ANUALIZAÇÃO VALORES		
		(1)	(2) = (1) / N.º (Mês 9) x 12		
71	Vendas	0,00	0,00	0,00	0,00
72	Prestações de Serviços	483 196,75	644 262,33	0,00	644 262,33
721	Quotas dos Utilizadores	483 031,75	644 042,33	0,00	644 042,33
722/728	Outros Serviços	165,00	220,00	0,00	220,00
73	Variacão nos Inventários de Produção	0,00	0,00	0,00	0,00
74	Trabalhos para a própria entidade	0,00	0,00	0,00	0,00
75	Subsídios, doações e legados à exploração	368 713,77	491 618,36	5 000,00	496 618,36
751	Subsídios do Estado e outros entes públicos	0,00	0,00	0,00	0,00
7511	ISS, IP - Centro Distrital	360 026,63	480 035,51	0,00	480 035,51
7512	Outras Entidades Públicas	0,00	0,00	0,00	0,00
752	Subsídios de outras entidades	2 245,90	2 994,53	5 000,00	7 994,53
753	Doações e heranças	6 441,24	8 588,32	0,00	8 588,32
76	Reversões	0,00	0,00	0,00	0,00
761	De Depreciações e Amortizações	0,00	0,00	0,00	0,00
762	De perdas por imparidade	0,00	0,00	0,00	0,00
763	De Provisões	0,00	0,00	0,00	0,00
77	Ganhos por aumentos de justo valor	0,00	0,00	0,00	0,00
78	Outros Rendimentos e Ganhos	35 594,37	47 459,16	5 018,00	52 477,16
781	Rendimentos Suplementares	25 489,22	33 985,63	543,77	34 529,40
782	Desconto pronto pag. obtidos	1 002,33	1 336,44	21,38	1 357,82
787	Rendimentos e Ganhos em Inv. n. financ.	0,00	0,00	0,00	0,00
788	Outros Rendimentos e Ganhos	0,00	0,00	0,00	0,00
7881	Correcções Exercícios anteriores	0,00	0,00	0,00	0,00
7883	Imputação de subsídios para investimento	0,00	0,00	4 258,65	4 258,65
7886	Excesso Estimativa Ferias e S.Ferias	0,00	0,00	0,00	0,00
7888	Outros não especificados	9 102,82	12 137,09	194,19	12 331,29
79	Juros, Dividendos e Outros Rendim. Similares	516,53	688,71	0,00	688,71
	<b>Total de Rendimentos</b>	<b>888 021,42</b>	<b>1 184 028,56</b>	<b>10 018,00</b>	<b>1 194 046,56</b>
61	Custo mercadorias vendidas e matérias consumidas	95 722,24	127 629,65	2 042,07	129 671,73
62	Fornecimentos e serviços externos	165 695,27	220 927,03	18 309,47	239 236,50
621	Subcontratos	0,00	0,00	0,00	0,00
622	Serviços especializados				
6221	Trabalhos especializados	9 704,77	12 939,69	207,04	13 146,73
6222	Publicidade e Propaganda	231,18	308,24	4,93	313,17
6223	Vigilância e Segurança	440,96	587,95	9,41	597,35
6224	Honorários	16 635,52	22 180,69	354,89	22 535,58
6225	Comissões	1 001,00	1 334,67	21,35	1 356,02
6226	Conservação e Reparação	19 790,84	26 387,79	422,20	26 809,99
6228	Outros	16,98	22,64	0,36	23,00
623	Materiais				
6231	Ferramentas e Utensílios de desg. rápido	3 549,88	4 733,17	75,73	4 808,90
6232	Livros e Documentação técnica	13,20	17,60	0,28	17,88
6233	Material de Escritório	3 885,58	5 180,77	82,89	5 263,67
6234	Artigos para oferta	0,00	0,00	0,00	0,00
6235/8	Outros	5 628,30	7 504,40	120,07	7 624,47
624	Energia e Fluidos				
6241	Electricidade	8 344,01	11 125,35	178,01	11 303,35
6242	Combustíveis	29 187,96	38 917,28	622,68	39 539,96
6243	Água	10 563,72	14 084,96	15 000,00	29 084,96
6248	Outros	0,00	0,00	0,00	0,00
625	Deslocações, Estadas e Transportes				
6251	Deslocações e Estadas	878,25	1 171,00	18,74	1 189,74
6252	Transportes de Pessoal	0,00	0,00	0,00	0,00
6253	Transporte de mercadorias	0,00	0,00	0,00	0,00
6258	Outros	0,00	0,00	0,00	0,00
626	Serviços diversos				
6261	Rendas e Alugueres	3 552,63	4 736,84	75,79	4 812,63
6262	Comunicação	2 011,45	2 681,93	42,91	2 724,84
6263	Seguros	2 852,42	3 803,23	60,85	3 864,08
6264	Royalties	0,00	0,00	0,00	0,00
6265	Contencioso e notariado	291,00	388,00	6,21	394,21
6267	Limpeza, higiene e conforto	40 864,99	54 486,65	871,79	55 358,44
6268/9	Despesas de Saúde com Utentes e Outros Se	6 250,63	8 334,17	133,35	8 467,52



*R. Costa*  
*J. A. J.*

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL

ANO 2020

NISS 20004603749

MÊS BALANCETE REFERÊNCIA: 9

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL

CÓDIGO DAS CONTAS	DESIGNAÇÃO	ANO N-1		CORRECCOES POR REDUÇÕES/AUMENTOS/ACTIVIDADE OU OUTROS INDICES DE ACTUALIZAÇÕES	ORÇAMENTO ANO 2019
		BALANCETE ACTUALIZADO MÊS	ANUALIZAÇÃO VALORES		
		Setembro (1)	(2) = (1) / N.º MÊSES x 12		
63	Gastos com o pessoal	537 253,21	826 785,08	2 000,00	828 785,08
631	Remunerações dos Orçãos Sociais				
6311	Remunerações certas	0,00	0,00	0,00	0,00
6312	Remunerações adicionais	0,00	0,00	0,00	0,00
632	Remunerações do Pessoal				
6321	Remunerações certas	399 850,02	621 988,92	0,00	621 988,92
6322	Remunerações adicionais	32 359,50	43 146,00	2 000,00	45 146,00
633	Benefícios Pós-Emprego				
6331	Orçãos Sociais	0,00	0,00	0,00	0,00
6332	Pessoal	0,00	0,00	0,00	0,00
634	Indemnizações				
6341	Orçãos Sociais	0,00	0,00	0,00	0,00
6342	Pessoal	0,00	0,00	0,00	0,00
635	Encargos sobre remunerações				
6352	Pessoal - SS	96 382,72	148 325,09	0,00	148 325,09
6357	FGCT	16,78	22,37	0,00	22,37
636	Seguros Ac.Trabalho e Doenças Prof.				
6361	Orçãos Sociais	0,00	0,00	0,00	0,00
6362	Pessoal	8 644,19	13 302,70	0,00	13 302,70
637	Gastos de Ação Social			0,00	
6371	Orçãos Sociais	0,00	0,00	0,00	0,00
6372	Pessoal	0,00	0,00	0,00	0,00
638	Outros gastos com o pessoal				
6381	Orçãos Sociais	0,00	0,00	0,00	0,00
6382	Pessoal	0,00	0,00	0,00	0,00
64	Gastos de depreciação e de amortização	0,00	0,00	55 000,00	55 000,00
641	Propriedades de Investimento	0,00	0,00	0,00	0,00
642	Ativos Fixos Tangíveis	0,00	0,00	55 000,00	55 000,00
643	Ativos Intangíveis	0,00	0,00	0,00	0,00
65	Perdas por imparidade	0,00	0,00	0,00	0,00
66	Perdas por redução de justo valor	0,00	0,00	0,00	0,00
67	Provisões do período	0,00	0,00	0,00	0,00
68	Outros Gastos e Perdas	1 700,59	2 267,45	0,00	2 267,45
681	Impostos	533,74	711,65	0,00	711,65
682	Desconto p.p concedidos	0,00	0,00	0,00	0,00
688	Outros gastos e perdas				
6881	Correcções de periodos anteriores	0,00	0,00	0,00	0,00
6883	Quotizações	0,00	0,00	0,00	0,00
6884/6886	Outros Gastos e Perdas	0,00	0,00	0,00	0,00
6888	Outros	1 166,85	1 555,80	0,00	1 555,80
6889	Excesso Estimativa Vaqas Cativas	0,00	0,00	0,00	0,00
689	Custo com apoios fin.conc.a ass.ou utentes	0,00	0,00	0,00	0,00
69	Gastos e perdas de financiamento	4 631,71	6 175,61	0,00	6 175,61
	<b>Total de Gastos</b>	<b>805 003,02</b>	<b>1 183 784,83</b>	<b>77 351,55</b>	<b>1 261 136,37</b>
	<b>Resultado Liquido do periodo</b>	<b>83 018,40</b>	<b>243,73</b>	<b>-67 333,55</b>	<b>-67 089,82</b>

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL E ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS

ANO

NISS

2020

20004603749

ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS

CÓDIGO DAS CONTAS	DESIGNAÇÃO	AUTO-FINANCIAMENTO	SUBSÍDIOS OSS	SUBSÍDIOS OUTRAS ENTIDADES	OUTROS FINANCIAMENTOS	TOTAIS
43+453+455-459	Activos fixos tangíveis	100.000,00	0,00	0,00	0,00	100.000,00
432	Bens do património histórico e cultural	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
42+452+455-459	Propriedades de Investimento	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
44+454+455-459	Activos Intangíveis	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
41	Investimentos financeiros	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
26	Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>TOTAIS</b>	<b>100.000,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>100.000,00</b>



## Relatório e Parecer do Conselho Fiscal

Nos termos da legislação aplicável e dos estatutos do Centro Paroquial de Solidariedade Social da Freguesia de Alvares, apresentamos o parecer do Conselho Fiscal sobre o Plano de Atividades, Conta de Exploração Previsional e Orçamento de Investimentos e Desinvestimentos para o ano 2020.

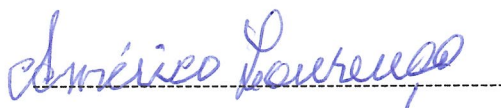
Após a análise dos documentos elaborados pela Direção concluímos que:

1. A proposta da Direção processou-se no respeito pela Lei e pelos Estatutos.
2. O Plano de Atividades implementa a estratégia definida pela Direção da Associação, perspetivando um futuro em que a Instituição continua a consolidar-se enquanto estrutura de apoio de solidariedade social.
3. O Orçamento está elaborado de forma realista, adequando às despesas necessárias para a implementação do Plano de Atividades e Investimentos, com as receitas a obter. Para o ano 2020, a direção estima que se irá obter um Resultado Líquido Previsional Negativo no valor de 67.089.82€, estimando-se um total de Rendimentos no valor de 1.194.046,56€ e um total de Gastos no valor de 1.261.136,37€.

### **PARECER**

4. Assim e como resultado das informações recebidas e tendo em consideração os documentos elaborados, somos de dar parecer favorável, e deve ser aprovado pela Assembleia-Geral/Conselho Pastoral o Plano de Atividades e Orçamento de 2020, proposto pela Direção.

O Presidente do Conselho Fiscal

  
-----

O 1º Vogal

  
-----

O 2º Vogal

  
-----

Alvares, 26 de novembro de 2019

*DAI*

Plano de Atividades e Conta de Exploração  
Previsional e Orçamento de Investimentos e  
Desinvestimentos Ano 2020

Aprovado pela Assembleia-Geral/Conselho  
Pastoral realizada aos 26 dias de novembro do  
ano 2019

A Assembleia-Geral/ Conselho Pastoral

*Padre Renato Moraes*