



# PLANO DE AÇÃO -2022

CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

17 de Novembro de 2021



## Índice

I - Introdução -----	2
II – Apresentação da Entidade -----	3
- Caracterização	
- Enquadramento Estratégico	
- Política da Qualidade	
- Projetos	
III - Atividades Planeadas -----	9
- Análise SWOT	
- Objetivos	
- Eixos de Intervenção	
1. Recursos Humanos	
2. Organização de Processos	
3. Sócios e Comunidade	
3.1 Parcerias	
3.2. Atividades Recreativas e Culturais	
4. Funcionalidade e Recursos Materiais	
5. Utentes	
IV - Plano de atividades-----	24
- Centro de Dia/SAD/E.R.P.I	
VI - Conclusão -----	33



## I – INTRODUÇÃO

O Centro Social Polivalente de Ega, tem vindo a mostrar ao longo dos anos uma real preocupação com a qualidade dos seus serviços e bem-estar dos utentes e familiares, procurando acompanhar as alterações conjunturais, reorganizando-se e ajustando-se continuamente às necessidades da sua comunidade.

Com esta política de base, os novos Corpos Gerentes, em atividade desde início de 2021, procurarão dar continuidade ou até mesmo melhorar, a gestão de qualidade praticada até à data.

Neste contexto, propõem que o ano de 2022 seja um ano de reestruturação essencialmente no âmbito dos Recursos Humanos, mais propriamente no âmbito da gestão técnica, promovendo a alteração do Organograma da instituição. Assim, deixará de ter unicamente um Diretor Técnico e passará a ter dois, um Diretor Técnico responsável pela E.R.P.I. e um Diretor Técnico responsável pelo Centro de Dia, S.A.D. e projetos.

Não esquecendo o aumento de encargos a vários níveis, devido à Pandemia vivida no país, com o aumento de despesas com equipamentos de proteção individual dos trabalhadores e segurança dos utentes, têm também como objetivo para 2022, diversas aquisições e requalificações, tais como a aquisição de 2 viaturas, implementação de nova climatização no edifício, a requalificação de espaços internos e de acessos no exterior.

Posto isto, este Plano de Ação pretende dar continuidade ao trabalho de qualidade desenvolvido até à data e manter a satisfação dos utentes e familiares.

Com tem vindo a ser hábito para facilitar a leitura deste documento, resta-nos explicar que este está dividido em cinco grupos: I - introdução, II - apresentação da instituição, III - as ações e atividades planeadas IV- o Plano de Atividades e por fim o V - conclusão.

O Ponto III – Ações e Atividades Planeadas está estruturado em 5 áreas ou eixos: 1 - Recursos Humanos, 2- Sócios e Comunidade 3 - Funcionalidade e Recursos Materiais 4 - Organização de Processos, 5 – Utentes.



## II. APRESENTAÇÃO DA ENTIDADE

### 1. Caracterização da Instituição

**Designação:** Centro Social Polivalente de Ega

**Localização / Endereço**

Rua da Calçada n.º 20, Casal da Vila, Ega

3150 – 256 – EGA

Telefone: 239 945282

E-mail: geral@centrosocialega.pt

**Freguesia de EGA, Concelho de Condeixa-a-Nova, Distrito de Coimbra, Portugal**



**Estatuto jurídico:** Associação - Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)

**NIPC:** 501 266 992

**Data da Constituição:** 21/01/1977;

**Início da Atividade Social:** 03/08/1989;

**Atividade Principal – Ação Social**

#### **Edifício Próprio - Sede**

Estrutura:

Piso -1 - Gabinetes: 1 Direção, 1 Diretor Técnico, 1 Serviço Social, 1 Encarregada Geral, 1 Administrativo, 1 Enfermagem, 1 Médico; 2 Sala de convívio; 1 Sala de Fisioterapia, 1 Espaço de Meditação; Gabinete estética/cabeleireiro; 1 Sala de Transição; 1 Sala de atividades; 1 Refeitório; 1 Cozinha; Diversas arrecadações; Casas de banho; 1 Lavandaria; 1 Sala para Colaboradores;

Piso 0 – 1 Copa; 2 Quartos triplos, 8 Quartos individuais e 23 Quartos duplos

Exterior:

Logradouro, jardim e estacionamento

#### **Edifício - Apoio à sede**

Antiga sede

Loja Social

#### **Respostas Sociais**

C.D. e S.A.D- Serviços: Refeições; Higiene e Cuidados de Imagem; Tratamento de Roupas; Higiene Habitacional; Transporte; Animação; Acompanhamento na área da saúde; Acompanhamento ao Exterior; outros serviços solicitados.

ERPI – Serviço de Alojamento, Refeições; Higiene e Cuidados de Imagem; Tratamento de Roupas; Transporte; Animação/Ocupação; Acompanhamento na área da saúde; Acompanhamento ao Exterior; outros serviços solicitados.



---

**Acordos de Cooperação**  
**(ISS -Centro Distrital de Coimbra)**

- Centro de Dia – 30 Clientes;
- S.A.D – 35 Clientes
- E.R.P.I – 48 Clientes (entre as quais 10 Vagas Cativas)

### **Outros serviços/respostas**

Cantina Social: 13 Refeições gratuitas/diárias

Gabinete de Atendimento à população: atendimento no âmbito do RSI, emprego, etc.

Loja Social

Banco de Produtos de Apoio

PO APMC

Projeto- “Desafio Sénior”

Projeto- “CLDS 4G”

### **Parcerias**

Segurança Social

Câmara Municipal

Centro de Emprego de Coimbra

Escola Superior de Educação de Coimbra

Instituto Superior Miguel Torga

Escola Fernando Namora de Condeixa

### **Colaboração**

Rendimento Social de Inserção

Conselho Local de Ação Social de Condeixa

Equipa de Intervenção Direta

PES

**Recursos Financeiros:** Quotização dos Sócios; Comparticipação dos clientes SAD, CD e E.R.P.I; Subsídios atribuídos por entidades oficiais de forma pontual; Donativos de pessoas singulares; Patrocínios de pessoas colectivas; Acordos com entidades oficiais.

### **Gestão**

Os órgãos de gestão estatutários são os seguintes:

- Assembleia-geral;
- Direção;
- Conselho Fiscal

**Representante legal:** Presidente da Direção

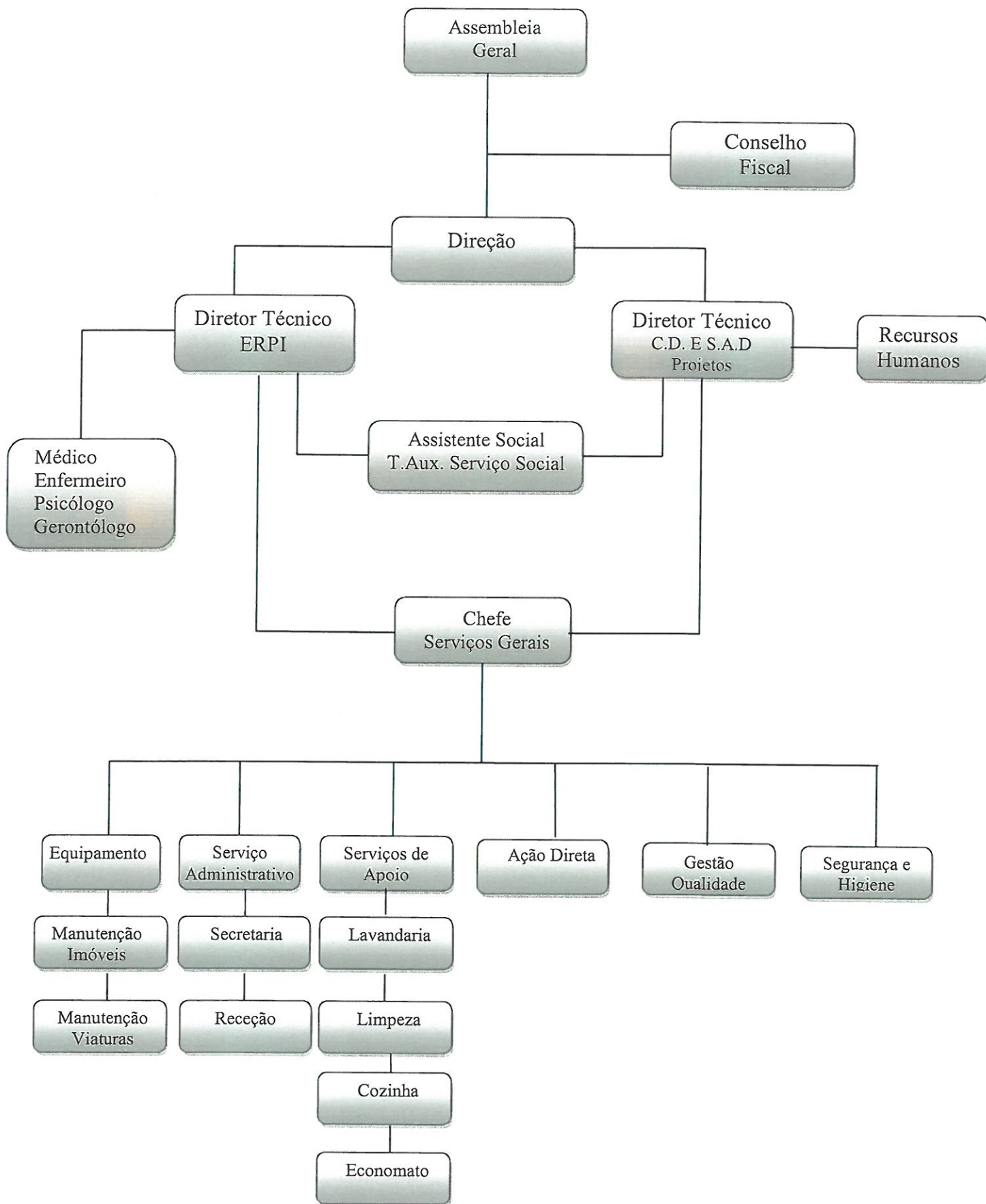


### Quadro de Pessoal

Centro de Dia; S.A.D; E.R.P.I.						
Categoria Profissional	Qtd.	Afetação			Hab Literárias	Vinculo
		E.R.P.I	C.D.	S.A.D		
Diretor Técnico	1	100%	0%	0%	Licenciatura/ Mestrado	Contrato
Diretor Técnico	1	0%	50%	50%	Licenciatura/ Mestrado	Efetivo
Psicólogo	1	100%	0%	0%	Licenciatura	Efetivo
Assistente Social Principal	1	30%	25%	25%	Licenciatura	Efetivo
Chefe de Serviços Gerais	1	50%	25%	25%	Licenciatura	Contrato a Termo
Enfermeiro	1	80%	20%		Licenciatura	Contrato a Termo
Escriturário Principal	1	30%	20%	25%	12.º ano	Efetivo
Telefonista	1	50%	25%	25%	12.º Ano	Efetivo
Ajudantes de Ação Direta	15	100%	0%	0%	Esc. Obrigatória	Efetivas
	2	100%	0%	0%	Esc. Obrigatória	Contrato a Termo
	1	10%	90%	0%	Esc. Obrigatória	Efetivo
	4	0%	10%	90%	Esc. Obrigatória	Efetivo
	1	0%	0%	75%	Esc. Obrigatória	Efetivo
Aux. de Serviços Gerais	3	80%	20%	0%	Esc. Obrigatória	Contrato a Termo
	1	50%	50%	0%	Esc. Obrigatória	Efetivo
	1	20%	0%	80%	Esc. Obrigatória	Efetiva
	2	50%	50%	0%	Esc. Obrigatória	Efetiva
	3	50%	50%	0%	Esc. Obrigatória	Efetivas
	1	100%	0%	0%	12.º ano	Efetiva
	1	0%	50%	50%	Esc. Obrigatória	Contrato a Termo
Cozinheiras	2	50%	25%	25%	Esc. Obrigatória	Efetiva
Ajudantes de Cozinheira	2	50%	25%	25%	Esc. Obrigatória	Efetivas
Ajudante de Cozinheira	1	50%	25%	25%	Esc. Obrigatória	Contrato a Termo



### Organograma





---

### *Enquadramento Estratégico*

**Missão:** Apoiar, respeitar e acarinhar o idoso, a família e outras pessoas da comunidade, respondendo às suas necessidades específicas e promover qualidade de vida com dedicação e humildade.

**Visão:** Disponibilizar um conjunto de serviços, incluindo Lar, na nova sede social, com um nível de qualidade certificada, prestada por pessoas altamente qualificadas. A comunidade terá uma relação próxima com a instituição, reconhecerá o seu valor e participará na sua sustentabilidade.

**Valores:**

Sinceridade - Prestamos aos nossos clientes, colaboradores e parceiros informação relevante e precisa, esclarecendo as suas dúvidas e mantendo-os informados relativamente aos serviços prestados pela instituição.

Respeito – Prestamos cuidados de acordo com as necessidades do cliente, oferecendo um serviço integral, respeitando a sua privacidade e tratando-o com urbanidade.

Respeitamos as diferenças os valores e características individuais.

Solidariedade – Esforçamo-nos por responder aos nossos clientes mesmo que interfira com os interesses pessoais de cada colaborador e dirigente

Humanização – Tratamos os clientes com humanidade e empatia.

Tratamos os clientes como em situação semelhante gostaríamos de ser tratados.

Responsabilidade – Baseamo-nos em relações de compromisso e autonomia profissional com forte respeito pelas regras de funcionamento não prejudicando clientes, colaboradores e a própria instituição.

Transparência – Disponibilizamos informação clara e completa relativamente às regras da instituição e à sua situação financeira.

Partilhamos entre equipas toda a informação necessária a um desempenho profissional excelente.

Humildade – Somos determinados na busca de sucessos, mas estes são alcançados em prol da qualidade de vida dos nossos clientes e desenvolvimento da comunidade.



---

### *Política da Qualidade*

O Centro Social Polivalente de Ega definiu como base da sua gestão estratégica a Política da Qualidade fundamentando-se nos seguintes princípios:

- ✚ Focalização no cliente, visando a satisfação das suas necessidades e expectativas;
- ✚ Implementação de uma comunicação interna e externa eficaz;
- ✚ Promoção da satisfação de necessidades e expectativas dos colaboradores e partes interessadas;
- ✚ Focalização na edificação, manutenção e conservação das infra-estruturas e nas condições de gestão do ambiente de trabalho;
- ✚ Melhoria do nível de sustentabilidade financeira;
- ✚ Revisão periódica do sistema de gestão da qualidade em busca de oportunidades de melhoria;
- ✚ Garantia de uma Política da Qualidade entendida e assumida por todos os colaboradores.



### III-ATIVIDADES PLANEADAS

#### Análise SWOT

O Plano de Ação teve por base a análise SWOT da instituição.

#### Análise SWOT

Pontos Fortes	Pontos Fracos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Instalações e equipamentos adequados face às necessidades e qualidade de serviços prestados;</li> <li>- Qualidade dos serviços prestados;</li> <li>- Envolvimento ativo da direção;</li> <li>- Recursos Humanos qualificados e em formação contínua;</li> <li>- Trabalhadores residentes no concelho, com conhecimento da realidade da comunidade;</li> <li>- Rentabilização dos recursos humanos e financeiros;</li> <li>- Diversidade de repostas e serviços</li> <li>- Transparência e responsabilidade na atuação e gestão;</li> <li>- Equilíbrio Financeiro;</li> <li>- Respeitada pelas entidades e parceiros.</li> <li>- Visibilidade na Comunidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fraca autonomia financeira (alguma dependência de subsídios e apoios);</li> <li>- Baixa autonomia dos clientes;</li> <li>- Viatura com elevado desgaste;</li> <li>- Baixa capacidade de Climatização</li> <li>- Trabalhadores com limitações de horários (sem possibilidade de fazer turnos).</li> </ul>
Oportunidades	Ameaças
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alargamento da área de atuação;</li> <li>- Existência de população sem resposta;</li> <li>- Envelhecimento populacional;</li> <li>- Acordos pontuais com entidades externas para aumentarem a capacidade de resposta.</li> <li>- Notoriedade e visibilidade;</li> <li>- Boa localização geográfica;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reduzidos recursos financeiros por parte das entidades do estado – Segurança Social;</li> <li>- Aumento da concorrência na oferta de serviços;</li> <li>- A crise económica;</li> <li>- A situação epidemiológica do país,</li> <li>- Baixa capacidade financeira das famílias;</li> <li>- Dependência económica/financeira da instituição em relação aos Acordos de Cooperação celebrados com a Segurança Social.</li> <li>- Escassez de recursos humanos qualificados e com disponibilidade para trabalhar por turnos.</li> <li>- Tabelas salariais em vigor.</li> <li>- Inexistência de voluntários</li> </ul>



## Objetivo

### Objetivo Estratégico

Promover, durante o ano de 2022, a continuidade da qualidade das Respostas Sociais já existentes, diversificando e rentabilizando os seus serviços.

Aumentar e diversificar a sua intervenção local;

Aumentar, qualificar e diversificar o seu quadro de pessoal, de modo a desenvolver uma maior dinâmica e atuação junto dos utentes e da população carenciada deste concelho.

Aumentar a sua intervenção e participação no âmbito das parcerias, bem como nos projetos e medidas de âmbito nacionais e concelhias.

Manter a prática de gestão transparente e de sustentabilidade funcional da instituição.



## Eixos de Intervenção

Foram definidos como áreas chave/Eixos de intervenção:

- 1 - Recursos Humanos
- 2- Sócios e Comunidade
- 4 - Funcionalidade e recursos materiais
- 5 - Organização de processos
- 6 - Utentes

### 1. Recursos Humanos

Os Recursos Humanos embora não sejam a prioridade desta instituição, são o “pilar” da mesma, o que implica a necessidade de uma atenção reforçada aos mesmos.

São os colaboradores que prestam os cuidados diretos aos utentes, que lhes fazem a higiene, os alimentam, que os apoiam nas transferências e deslocações e que acima de tudo lhes fazem companhia. São eles que lhes conhecem os seus mais íntimos segredos, aqueles a quem os utentes muitas vezes contam as suas alegrias, os seus problemas e descontentamentos.

Neste contexto, a contratação de um colaborador, obriga a uma seleção cuidadosa dos candidatos. É preciso conjugar não só as aptidões curriculares, com as profissionais e pessoais.

Gerir as equipas, é cada vez mais um desafio, é preciso manter os colaboradores motivados e realizados. A satisfação dos colaboradores é sem dúvida sinónima de qualidade e satisfação dos utentes e consequente sucesso da instituição.

<b>1. Recursos Humanos</b>			
<b>Objetivo:</b> Assegurar a produtividade e qualidade do funcionamento das equipas, até final de 2022.			
Responsável: Direção		Responsável pela Execução: Técnico Responsável pelos Recursos Humanos	
Ações/Atividades	Cronograma	Indicadores	População alvo
Reorganizar o Quadro de Pessoal mais propriamente a equipa de gestão.	01.01.2022	Quadro de Pessoal Organograma	Colaboradores



Cumprir o Plano de Formação para 2022, de no mínimo 40 H de formação.	01.01.2022 a 31.12.2022	Número de colaboradores inscritos por ação de formação. - Número de ações realizadas. - Número de colaboradores a terminar com aproveitamento.	Colaboradores
Aplicar questionários aos colaboradores, no âmbito da formação.	01.01.2022 a 30. 04.2022	N.º de Questionário aplicados	Colaboradores
Elaborar Plano de Formação para 2023 com base no resultado dos questionário aplicados aos colaboradores.	01.10.2022 a 31.12.2022	Documento produzido	Colaboradores
Realizar a avaliação de satisfação dos colaboradores	01.07.2022 a 31.07.2022	- Resultado da avaliação de satisfação	Colaboradores
Promover bem-estar pessoal, dos colaboradores	01.01.2022 a 31.12.2022	- Apoio de âmbito social e psicológico, se necessário.	Colaboradores
Realizar a Festa de Natal Dirigentes/colaboradores	Dezembro de 2022	- A própria festa	Dirigentes/Colaboradores

Plano de Formação para 2022

Ação de Formação	N.º de Horas	Cronograma	Objetivos	Destinatários
Gestão de Stress profissional	25H	1.º Semestre do ano	Melhorar a qualidade dos serviços.	Todas as categorias profissionais – a selecionar
Informática – literacia digital	25H	1.º Trimestre do ano	Capacitar os colaboradores de conhecimentos informáticos.	Todos os colaboradores
Segurança e higiene alimentar – pessoal da cozinha –	Duração definir a	1º Semestre do ano	Capacitar os colaboradores de procedimentos de segurança alimentar.	Cozinheiras Ajudante de Cozinheiras.
Segurança e Higiene	Duração definir a	2.º Semestre do ano	Capacitar os colaboradores de procedimentos de segurança.	Todas as categorias profissionais – a selecionar trab.
Ética e cuidados aos Idosos – comunicação e interação com Idosos.	25H	2.º Semestre do ano	Capacitar os colaboradores de procedimentos e técnicas de apoio ao idoso – melhorar a qualidade dos serviços.	Todas as categorias profissionais – a selecionar
Cuidados diretos ao Utentes, tratamentos de feridas.	Duração definir a	2.º Semestre do ano	Capacitar os colaboradores de procedimentos e técnicas de apoio ao idoso – melhorar a qualidade dos serviços.	Todas as categorias profissionais – a selecionar



## 2. Sócios e Comunidade

Objetivo: Combater a Pobreza e exclusão social promovendo inserção social;  
Aumentar a sustentabilidade, dinâmica e poder negocial da instituição, por via do aumento do número de sócios e envolvimento da comunidade na vida da instituição.

Responsável: Direção

Responsável pela Execução: Equipa Técnica

Ações/Atividades	Cronograma	Indicadores	População alvo
Comemorar o aniversário da Instituição	Junho de 2022	- Realização da Festa - N.º de Participantes	Utentes Sócios Comunidade
Realizar ações de sensibilização aos sócios e comunidade alertando para a importância da sua participação na vida da Instituição.	01.01.2022 a 31.12.2022	-N.º médio de sócios presente nas A.G. - N.º médio de sócios ou outros elementos da comunidade que participam nas atividades da instituição abertas à população	Sócios Comunidade
Dinamizar e promover as atividades desenvolvidas no âmbito do CLDS 4 G.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Número de participantes - N.º de Atividades Realizadas	Comunidade
Dinamizar e promover atividades no âmbito do “Desafio Sénior.”	01.01.2022 a 31.12.2022	- Número de participantes - N.º de Atividades Realizadas	Comunidade
Dinamizar a Loja Social	01.01.2022 a 31.03.2022	- Organização do próprio espaço - Número de clientes encaminhados e apoiados	Comunidade
Manter o Banco de Produtos de Apoio	01.01.2022 a 31.03.2022	- Número de solicitações correspondidas - Quantidade de equipamento novo	Comunidade
Manter a colaboração e zona destinada ao armazenamento/distribuição dos produtos alimentares do PO APMC	01.01.2022 a 31.03.2022	- Organização do próprio espaço - Número de Famílias sinalizadas e apoiadas	Comunidade
Realizar candidaturas a projetos e programas que promovam a inclusão e assegurem os serviços essenciais à população, bem como a sustentabilidade da Instituição.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Número de candidaturas realizadas - Número de candidaturas aprovadas	Comunidade Instituição

A Pensar na Comunidade a instituição vai manter os seguintes projetos

### **Portugal 2020**

#### **No âmbito do Programa Operacional Inclusão Social e Emprego (POISE)**

Contratos Locais de Desenvolvimento Social (CLDS 4G) – É um projeto de intervenção comunitária promovido pelo Município, tendo como Entidade Coordenadora Local de Parceria (ECLP) a Santa Casa da Misericórdia de Condeixa e como Entidade Local Executora das Ações (ELEA) o Centro Social e Polivalente de Ega.



Neste contexto, o Centro Social está responsável pela execução das atividades correspondentes aos eixos 2 e 3. O eixo 2 – Intervenção Familiar e Parental, preventiva da pobreza infantil – é composto pelas ações Espaço Família e Capacitar+Proteger. O eixo 3 – Promoção do envelhecimento ativo e apoio à população idosa – é constituído pelas ações Oficinas+Ativas e Visitas de Afetos.

### **Eixo 2 – Intervenção Familiar e Parental, preventiva da pobreza infantil**

**Espaço Família** (famílias em situação de vulnerabilidade e/ou portadores/as de deficiência/incapacidade)

- Dar continuidade ao acompanhamento já iniciado com as famílias, de forma individualizada (sessões de intervenção familiar e de promoção da funcionalidade familiar, complementadas com visitas domiciliárias) e em grupo (através de workshops), indo de encontro às necessidades de cada família.
- Reuniões técnicas com os parceiros para a sinalização e discussão de casos.
- Elaboração de um Manual de Apoio à Família.
- Realização de ciclos de workshops, nomeadamente o Conversas Entre Famílias sobre diversos temas de parentalidade (p. ex. como lidar com birras; comunicar com filhos adolescentes; falar sobre emoções).

**Capacitar + Proteger** (famílias em situação de crise com processos de promoção e proteção)

- Dar continuidade ao acompanhamento já iniciado com as famílias, de forma individualizada (sessões de intervenção familiar e de promoção da funcionalidade familiar, complementadas com visitas domiciliárias) e em grupo (através de workshops), indo de encontro às necessidades de cada família.
- Realização de workshops sobre os temas: gestão habitacional/doméstica e financeira; cidadania, direitos e deveres do cidadão; igualdade de género.
- Atividades lúdico-pedagógicas para crianças e jovens no período de férias escolar.

### **Eixo 3 – Promoção do envelhecimento ativo e apoio à população idosa**

**Oficinas + Ativas**

- Ateliers socio-ocupacionais: aproximadamente 47 sessões de grupo em cada uma das freguesias Ega, Anobra e Sebal/Belide; Visitas domiciliárias em Serra de Janeanes.



- Dinamização de atividades comemorativas (p. ex. Carnaval, Páscoa, São Martinho, Natal, e outras que sejam do interesse das participantes).
- Dinamização de atividades em parceria com a Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC), GNR e Rede de Bibliotecas de Condeixa.

#### **Visitas de Afetos**

- Continuação da intervenção com os idosos sinalizados do Zambujal, Furadouro, Peixeiro, Condeixa, Belide e Anobra semanal/quinzenal consoante as necessidades.
- Realização de atividades de estimulação cognitiva.
- Construção de um Manual de Apoio ao Envelhecimento Ativo.
- Parcerias com a UCC (p. ex. prevenção de quedas) e GNR (p. ex. prevenção de burlas).

#### **Empreendedorismo e Inovação Social - Programa de Parcerias para o Impacto**

O **Projeto Desafio Sénior** é uma Iniciativa de Inovação e Empreendedorismo que é desenvolvida numa lógica de parcerias que tem como público-alvo os idosos com mais de 65 anos que se encontrem em isolamento social.

Esta solução inovadora promoverá o aumento da qualidade de vida dos idosos e uma maior autonomia com uma intervenção individualizada no domicílio. As atividades desenvolvidas são definidas tendo em conta os interesses de cada idoso e de acordo com o plano de intervenção previamente estabelecido.

Os **objetivos** do projeto Desafio Sénior são: criação de uma plataforma de gestão e monitorização de dados de saúde dos idosos; promoção de atividades diferenciadoras e individualizadas pela equipa multidisciplinar no domicílio.

As atividades a desenvolver em 2022 com os Idosos serão individuais e de grupo se possível acordo com os interesses de cada um no âmbito:

**Animação Sociocultural** – com o objetivo promover momentos lúdicos e de lazer, bem como estimulação cognitiva e de memória e promover um envelhecimento ativo.

**Desporto** - o foco continuará a ser sempre a promoção de um envelhecimento ativo e saudável, uma vez que a prática desportiva tem sido um dos caminhos apontados como resposta aos desafios relacionados com a longevidade e o envelhecimento dos nossos Idosos



**Enfermagem** – para avaliação e acompanhamento dos sinais vitais, bem como de outras questões de saúde que surjam.

**Literacia Digital** – ações de formação digital para aprender a utilizar um equipamento informático para poderem registar os seus dados na plataforma para serem monitorizados pela Equipa. Este equipamento também poderá ser usado para jogos de memória e estimulação cognitiva, bem como para videochamadas para amigos e familiares distantes.

Os participantes das atividades do Desafio Sénior são selecionados numa perspetiva de inclusão ativa e promoção de igualdade de oportunidades, contribuindo para a diminuição do isolamento social e solidão dos Idosos no concelho.

Até 31 de dezembro 2022 pretendemos acompanhar **30** idosos em situação de isolamento.

## **PO APMC**

O Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas, pretende ser um instrumento de combate à pobreza e à exclusão social em Portugal.

Financiado pelo Fundo de Auxílio Europeu às Pessoas Mais Carenciadas e pelo Instituto da Segurança Social, I.P., tem por finalidade apoiar indivíduos ou famílias que se encontrem em situação de carência económica, através da distribuição de géneros alimentares e/ou bens de primeira necessidade.

Além da entrega regular de cabazes, são realizadas medidas de acompanhamento a estas famílias, com o objetivo de as capacitar para a correta seleção e armazenamento dos géneros alimentares, prevenção do desperdício bem como para a otimização da gestão do orçamento familiar.

O Programa tem como Entidade Coordenadora a Câmara Municipal de Condeixa e como Entidades Mediadoras deste concelho, o Centro Social Polivalente de Ega e a Santa Casa de Misericórdia de Condeixa.

Como entidade Mediadora, o Centro Social de Ega irá continuar responsável pela, colaboração na **sinalização e seleção** de beneficiários, pela atualização dos processos individuais dos beneficiários selecionados, pela elaboração do respetivo **plano de distribuição** e consequente elaboração de **credenciais** para **70 beneficiários**. Continuará também responsável pela **preparação e entrega dos cabazes** e tem ainda a responsabilidade de desenvolver as respetivas **ações de acompanhamento**.



---

### **Candidaturas realizadas**

Neste campo, temos que destacar a candidatura efetuada em Novembro de 2020 ao **Programa PARES -3.0**, no âmbito da tipologia 2 - projetos de investimento que visem a realização de obras em estabelecimentos de apoio social.

Com esta candidatura pretende-se incorporar nova climatização no edifício sede.

**Prémio Fidelidade** – O Projeto Desafio Mais pretende a criação de uma Sala de Movimento com equipamentos terapêuticos, onde serão dinamizadas sessões de prática de exercício físico. O objetivo é atenuar e prevenir sintomatologias como obesidade, distúrbios alimentares, aumento de quedas, doenças neurológicas e distúrbios mentais na população idosa. Para complementar pretende-se dinamizar ações de capacitação nos idosos em áreas como, alimentação saudável, hábitos saudáveis no quotidiano, entre outras. Pretende-se envolver os utentes do Centro Social de Ega e idosos que não usufruem de qualquer resposta social, promovendo a sua participação ativa nas sessões, estimulando a sua mobilidade, sensação de bem-estar físico e psicológico, evitando o isolamento social e promovendo o envelhecimento ativo e saudável.

### **Candidaturas/Aquisições a realizar**

#### **Viaturas:**

Viatura de 5 lugares com Plataforma para deficientes.

Viatura de 2 lugares movida a energia elétrica.- Candidatura ao Fundo de Recuperação e Resiliência.

#### **Equipamentos:**

Ar condicionado

Painéis Fotovoltaicos

Reforço de Painéis Solares

#### **Obras:**

Obras de Remodelação de acesso ao piso 0, no exterior.



## 2.1 Parcerias

Objetivo: Ser entidade ativa na promoção e desenvolvimento de intervenções sociais do concelho.  
Promover a sustentabilidade económico-financeira da instituição.

Responsável: Direção e Direção Técnica      Responsável pela Execução: Equipa Técnica

Parcerias	Ações/Atividades	Indicadores	População alvo
<b>Segurança Social</b>			
Respostas Sociais	- Manter os Acordos de Cooperação existentes.	- N.º de Utentes em Acordo de Cooperação	Idosos
NLI	-Continuar a integrar o Núcleo Local de Inserção do Rendimento Social de Inserção; -Promover a integração social;	- Renovação da subscrição de Parceria - Número de famílias apoiadas	Comunidade
PO APMC - FEAC	-Identificar famílias carenciadas; -Distribuir Alimentos; Combater a Pobreza e Exclusão Social.	- Número de famílias apoiadas	Comunidade
Cantinas Sociais	-Assegurar diariamente o fornecimento de 7 refeições a famílias economicamente desfavorecidas (acordo para 13 beneficiários)	- Renovação da subscrição de Parceria - Número de famílias apoiadas	Comunidade
Outros projetos	- Concorrer a possível projetos ministrados ou da responsabilidade da Segurança Social	- Subscrição de Parceria	Comunidade
<b>Câmara Municipal de Condeixa-a-Nova</b>			
Comissão Local de Ação Social de Condeixa	-Manter e reforçar parcerias com entidades e serviços de âmbito social e outros, para uma melhor intervenção; -Participar/Fomentar o trabalho em Rede; -Promover a qualidade de vida da comunidade local ; -Identificar problemáticas locais -Participar nas respetivas reuniões	- Quantidade e qualidade das participações	Comunidade
Equipa de Intervenção Direta	- Colaborar no acompanhamento e apoio a famílias em situação de carência, seja esta económica, social ou outra, de uma forma direta e personalizada.	- Número de famílias em acompanhamento - Encaminhamentos e diligências realizados - Atividades desenvolvidas	Comunidade
Outros projetos	- Participar em projetos desenvolvidos pela Câmara Municipal - Desenvolver candidaturas de âmbito social e saúde tendo a Câmara como parceiro	- Número de candidaturas realizadas - Protocolos de parceria subscritos	Comunidade
<b>Centro de Emprego</b>	- Manter protocolos de parceria no âmbito: da medida Contrato Emprego, Contrato Emprego Inserção, Contrato Emprego Inserção + e Estágio Emprego; - Manter a colaboração no âmbito da Formação para os recursos humanos;	- Número de beneficiários integrados.	Desempregados Comunidade



	- Diligenciar e colaborar com o Centro de Emprego ou outras entidades e serviços de modo capacitar e ativar as pessoas que se encontram excluídas do mercado de trabalho e assim contribuir para a diminuição do desemprego e qualificação da população.		
<b>Escola Fernando Namora</b>	- Manter protocolos de cooperação no âmbito dos estágios curriculares.	- Número de Protocolos subscritos	Jovens
<b>Escola Superior de Educação</b>	- Manter protocolos de cooperação no âmbito dos estágios curriculares, nas áreas de Animação e Gerontologia	- Número de Protocolos subscritos	Jovens
<b>Instituto Superior Miguel Torga</b>	- Manter protocolos de cooperação no âmbito dos estágios curriculares, nas áreas de Serviço Social e Psicologia.	- Número de Protocolos subscritos	Jovens

## 2.2. Atividades Recreativas e Culturais

Objetivo: Apoiar e incentivar a parceria com a Associação os “UGAS” Associação Desportiva e Cultural de Ega.

Responsável: Direção

Responsável pela Execução: Direção

Ações/Atividades	Cronograma	Indicadores	População alvo
- Finalizar a cedência à Associação “OS UGAS”, por contrato de comodato todo o edifício da 1.ª sede, sita na rua Professor José Maria Gaspar, Casal do Rosário, Ega, conforme minuta já aprovada em Assembleia Geral, para o desenvolvimento de atividades culturais e desportivas no âmbito dos seus objetivos estatutários.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Concretização do contrato.	Comunidade



### 3. Funcionalidade e recursos materiais

Objetivos: Melhorar a eficácia e controlo do serviço de compras e respetivo stocks.  
 Promover sustentabilidade económico-financeira da instituição.  
 Promover a sustentabilidade ambiental da instituição.

Responsável: Direção e Diretora Técnica      Responsável pela Execução: Diretora Técnica e Chefe de Serviços Gerais

Ações/Atividades	Cronograma	Indicadores	População alvo
Dar continuidade à sensibilização dos colaboradores na utilização racional de energia elétrica, água, gás e gasóleo.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Redução do valor das faturas	Instituição Colaboradores
Controlar os gastos com consumíveis.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Diminuir gradualmente a despesa por ex. com papel e tinteiros	Instituição Colaboradores
Promover de forma contínua a qualidade das Ementas elaboradas pela Nutricionista.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Ementa	Colaboradores Utentes
Manter os estudos de mercado contínuos para obter melhor relação qualidade/preço.	01.01.2022 a 31.12.2022	-Estudo constante de mercado -Redução de despesas diárias, essencialmente com produtos alimentares	Instituição
Manter o controlo de Stocks com apoio de programa específico.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Organização de stocks	Instituição
Subscrever e reavaliar contratos com empresas para manutenção de: equipamento de segurança, de controlo incêndios, de programas informáticos, de equipamento informático, manutenção dos elevadores, entre outros	01.01.2022 a 31.12.2022	- N.º de Contratos elaborados	Instituição
Dar continuidade ao Sistema de autocontrolo alimentar para higiene e segurança alimentar (HACCP).	01.01.2022 a 31.12.2022	- Certificado	Clientes Sócios Comunidade
Manter contrato com empresa na área do controlo de pragas.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Contrato	Colaboradores Utentes Comunidade
Manter Contratos no âmbito da Medicina do Trabalho e da Segurança e Higiene no Trabalho.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Contrato	Colaboradores
Manter contrato com empresa no âmbito do Tratamento de Resíduos Hospitalares.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Contrato	Colaboradores Utentes
Promover a divulgação da Instituição e das suas atividades através do site e Facebook	01.01.2022 a 31.12.2022	- Publicações realizadas	Clientes Sócios Comunidade



#### 4. Organização de Processos

**Objetivo:** Melhorar de forma continua todos os doc. e manuais implementados

Responsável: Direção

Responsável pela Execução: Diretor Técnico

Ações/Atividades	Cronograma	Indicadores	População alvo
Ajustar continuamente todos os documentos e procedimentos elaborados e em execução, referenciados nos Manuais da Qualidade, de nível B e A – Centro de Dia, S.A.D e E.R.P.I.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Número de documentos e procedimentos alterados e aprovados. - Número de impressos aplicados (adequados).	Respostas Sociais – C.D, S.A.D e E.R.P.I (colaboradores, clientes, parceiros...)
Promover o cumprimento legal na organização dos processos individuais, dos colaboradores.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Cumprimento das orientações legais – Processo Individual	Colaboradores
Elaborar e colocar em prática todos os documentos ou práticas legais em vigor, de âmbito do Trabalho, Saúde, Higiene e Segurança no Trabalho.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Número de documentos e procedimentos alterados e aprovados. - Número de impressos aplicados (adequados).	Utentes Colaboradores
Proceder continuamente à reestruturação de documentos e procedimentos, referenciados pela DGS, Segurança Social, ou outra, no âmbito do COVID.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Número de documentos e procedimentos alterados e aprovados.	Utentes Familiars Colaboradores Fornecedores
Proceder à avaliação de satisfação dos clientes e colaboradores	01.07.2022 a 31.10.2022	- Resultado da avaliação de satisfação -N.º de melhorias propostas	Utentes e colaboradores
Assegurar a elaboração e apresentação do Relatório de Atividades de 2021.	01.01.2022 a 31.03.2022	-Procedimentos e documentos elaborados.	Utentes, colaboradores e fornecedores
Assegurar a elaboração do Relatório único.	16.03.2022 a 15.04.2022	- Relatório	Colaboradores
Assegurar a elaboração do relatório MIRR	01.01.2022 a 31.03.2022	- Relatório	Utentes - Resíduos hospitalares
Assegurar a elaboração e apresentação do Plano de Ação para 2023	01.11.2022 A 30.11.2022	- Procedimentos e documentos elaborados e apresentado	Sócios
Realizar o Tratamento de Registos de Ocorrências	01.01.2022 a 31.12.2022	- Relação entre o número de documentos produzidos e tratados.	Utentes , colaboradores, outros.
Manter Lista de Espera para as Respostas Sociais atualizada.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Lista de Espera	Utentes



## 5 – UTENTES

Como tem vindo a ser prática da instituição, o ponto dedicado aos Utentes – Respostas Sociais/Serviços será analisado partindo das atividades gerais para as atividades mais específicas tendo em conta as diferentes áreas de atuação dos técnicos a desenvolver atividades na instituição.

Serão mantidos os Acordos de Cooperação com a Segurança Social, em vigor, para as Respostas Sociais de Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, contando superar as vagas com acordo, em todas as respostas até final do ano de 2022. Caso se verifique lista de espera nas Respostas de Centro de Dia ou S.A.D a instituição realizará uma candidatura ao PROCOOP.

5. Utentes			
Respostas Sociais/Serviços			
Objetivo: Manter e fortalecer as respostas sociais existentes (E.R.P.I., Centro de Dia e S.A.D). Aumentar a satisfação dos utentes.			
Responsável: Direção e Direção Técnica		Responsável pela Execução: Equipa Técnica e restantes colaboradores	
Ações/Atividades	Cronograma	Indicadores	População alvo
Avaliar através de questionário, a satisfação dos clientes.	01.07.2022 a 31.07.2022	- Resultado da avaliação de satisfação dos clientes. - Número de reclamações	Utentes
Desenvolver candidaturas a programas ou projetos que promovam a melhoria das respostas sociais.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Candidaturas submetidas	Idosos/Utentes
Continuar a implementar requisitos e processos de nível B, A e C dos referenciais da qualidade do ISS	01.01.2022 a 31.12.2022	- Documentos produzidos e aprovados	Utentes
Reforçar continuamente o manual de procedimentos no âmbito da saúde e cuidados pessoais, de modo a melhorar bem-estar dos utentes.	01.01.2022 a 31.12.2022	- Alteração de documentos - N.º de atividades planeadas e concretizadas	Utentes
Manter todos os processos individuais dos utentes atualizados, revendo sempre que necessário os contratos, indo ao encontro da satisfação dos clientes e familiares.	01.01.2022 a 31.12.2022	- N.º de processos atualizados	Utentes
Colocar em prática a informatização de todos os registos diários de serviços prestados aos utentes, até agora feitos em suporte papel - Programa MY SENIOR	01.01.2022 a 31.12.2022	- N.º de processos e serviços registados	Utentes



A avaliação e promoção das respostas sociais e dos serviços, bem como a procura de satisfação dos utentes cabe à direção com a colaboração da equipa técnica, constituída por um **Psicólogo**, uma **Técnica de Serviço Social**, uma **Técnica Auxiliar de Serviço Social**, uma **Gerontóloga**, **Enfermeiras** e um **Médico**.

É da responsabilidade destes avaliar as potencialidades e necessidades dos utentes, sejam estas de ordem psicológica, física ou social, bem como elaborar o respetivo relatório de avaliação diagnóstica, para posterior planificação de intervenção.

Estes Técnicos, têm como objetivo promover diariamente atividades, procedimentos e atitudes que impulsionem não só o bem-estar dos utentes e familiares como promovam os seus direitos.

Por fim e não menos importante, deverão promover o bem-estar dos colaboradores da Instituição, procurando ajudar na realização e satisfação pessoal dos mesmos.

Ainda neste ponto é primordial destacar o **Serviço de Animação**, da responsabilidade do Técnico Auxiliar de Serviço Social, que pretende valorizar o individuo/utente no seu todo, estimulando o seu desenvolvimento pessoal, social, e cultural, prolongando a sua autonomia física e cognitiva.

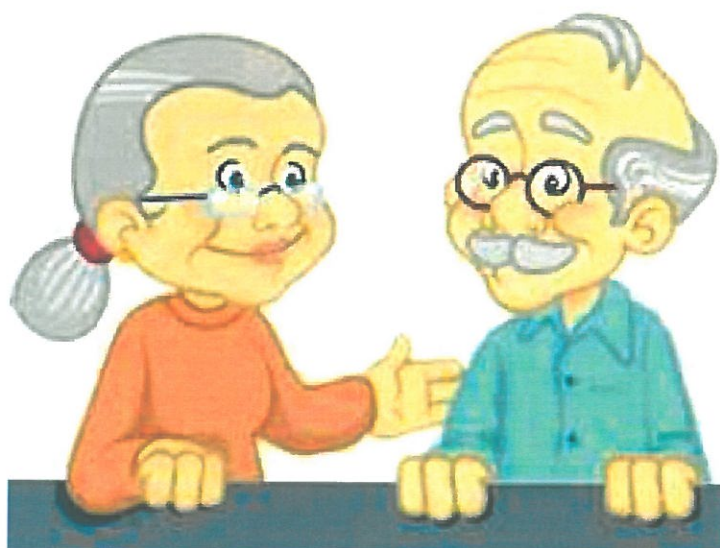
É da sua responsabilidade a planificação e desenvolvimento destas atividades, contando no entanto semanalmente, com a colaboração de um monitor de música e de um de ginástica.

As atividades de animação serão apresentadas detalhadamente no capítulo, IV – Plano de Atividades.



# IV

# Plano de Atividades



2022



## 1. Condições Gerais do Plano de Atividades Socioculturais

Como tem vindo a ser usual nos últimos anos, a estruturação e planificação anual do conjunto de atividades socioculturais para os idosos inseridos em ambas as Respostas Sociais tem subjacentes os seguintes princípios:

- ✚ Respeitar as diferenças religiosas, étnicas e culturais, entre outras.
- ✚ Promover a autonomia e qualidade de vida.
- ✚ Respeitar o utente quanto á sua individualidade, capacidades, potencialidades, hábitos, interesses e expectativas.
- ✚ Promover a participação ativa dos utentes e/ou pessoa próxima nas diversas atividades.
- ✚ Promover a comunicação, convivência e ocupação do tempo dos idosos.
- ✚ Considerar que a ocupação quotidiana do tempo dos utentes depende do seu projeto de vida, hábitos de lazer ou outros, bem como dos estímulos oferecidos pela instituição.
- ✚ Promover a independência dos utentes para que continuem a realizar as atividades do quotidiano (Como comer, fazer a higiene);
- ✚ Desenvolver a destreza física e mental do idoso;
- ✚ Promover uma alimentação saudável;

Fundamentalmente, o princípio básico passa pelo possibilitar às pessoas idosas uma vida digna para que continuem a desfrutar das oportunidades criadas ou impulsionadas pelo Centro Social, visando o seu desenvolvimento pessoal, ou seja, proporcionar uma melhor qualidade de vida ao idoso.

## 2. Caracterização das Atividades

Na Animação sociocultural e socioeducativa trabalham-se vários campos de interação em que cada um deles tem vários objetivos operacionais. Nos quadros que se seguem mencionamos os objetivos operacionais para cada campo de interação em que nos vamos basear para construir as nossas atividades de animação.



Atividades	Fins
<b>Lúdico-recreativas</b>	-Ocupar o tempo dos utentes com um propósito de diversão; -Ajudar a fortalecer laços através do convívio e dos conhecimentos; -Suscitar a imaginação e a criatividade; -Valorizar os saberes, estimulando a partilha e transmissão dos mesmos.
<b>Físico/motoras</b>	-Proporcionar momentos de relaxamento; -Educar para a importância de sermos ativos e combater o sedentarismo -Estimular a autonomia e bem-estar físico; -Trabalhar a flexibilidade e articulações; -Maximizar o potencial motor, afetivo-relacional e cognitivo; -Aquisição, coordenação e controle do próprio corpo; -Prevenir várias doenças;
<b>Culturais</b>	-Incentivar o conhecimento e transmissão da cultura Portuguesa e outras; -Proporcionar e incentivar o contacto com o exterior; -Valorizar conhecimentos/experiências já adquiridas pelo utente; -Preservar a cultura popular portuguesa;
<b>Religiosas/Espirituais</b>	-Respeitar a crença de cada utente; -Proporcionar um espaço de reflexão; -Promover o bem-estar espiritual; -Participar em comemorações religiosas;
<b>Do Quotidiano</b>	-Criar regras e hábitos; -Desenvolver a autonomia e a auto estima; -Maximizar as capacidades que os utentes ainda possuem; -Possibilitar que realizem as suas atividades de higiene e alimentação sozinhos; -Permitir a ajuda em tarefas da instituição;
<b>Sociais</b>	-Proporcionar atividades em grupo, -Estimular a comunicação (verbal e não-verbal), as relações interpessoais e o convívio entre utentes; -Valorizar o contato com a comunidade em que se inserem; -Maximizar o sentido de partilha intergeracional assim como a geracional;
<b>Cognitivas de desenvolvimento individual e social</b>	-Fomentar o espírito de grupo; -Adquirir novos conhecimentos; -Partilha de informação adquirida; -Estabelecer metas individuais para cada idoso; -Promover a autonomia e responsabilidade;
<b>Festivas</b>	-Proporcionar interação, alegria e dinamismo entre utentes, instituição, família e comunidade; -Organizar festas para comemorar o aniversário de cada utente, festas religiosas e festas populares, -Preparar exposições de trabalhos realizados pelos utentes, principalmente quando são alusivos a épocas festivas;
<b>De Expressão plástica e musical</b>	-Desenvolver a destreza manual; -Fomentar o espírito de grupo; -Desenvolver o sentido rítmico; -Estimular a memória e lembrar cânticos tradicionais;

### Centro de Dia/Serviço de Apoio Domiciliário/E.R.P.I.

#### • Diagnóstico

As atividades a executar foram organizadas tendo em conta o plano individual do utente, bem como as seguintes problemáticas/necessidades identificadas:

- Carência económica
- Dependência de terceiros (filhos, netos...);
- Demência;



- Situação Habitacional deficitária;
- Incapacidade familiar de prestar apoio;
- Desinteresse pelas atividades do quotidiano;
- Solidão/Isolamento
- Sentimento de inutilidade;

• **Estratégias metodológicas**

Tendo em conta as características do público-alvo com quem vamos trabalhar, serão utilizadas as seguintes técnicas:

- Dinâmicas de grupo (promovendo a interação entre os utentes);
- Debates (incentivar a participação);
- Observação participante e não-participante (devemos observar bastante antes de concluirmos o quer que seja);
- Trabalhos de grupo (atividades em que o trabalho de cada um seja essencial para o resultado final);
- Jogos de simulação (os momentos do faz de conta são importantes para trabalhar a mente do utente e a sua imaginação);

**Objetivo geral:**

Promover a integração dos idosos na comunidade, fomentando a valorização pessoal e social destes, proporcionando-lhes novas oportunidades e experiências, bem como maior qualidade de saúde física e mental, minimizando situações de dependência.

**Planificação das atividades anuais  
C.D./S.A.D/E.R.P.I**

Responsável: Diretor Técnico		Responsável pela execução e organização: Técnico Auxiliar de Serviço Social		
Atividades e cronograma	Descrição da atividade	Estratégias	Indicadores	Recursos Humanos
Atividade 1 (Janeiro 2022)  “Cantar as janeiras”	Cantar as janeiras. Lanche convívio.	Dinâmicas de grupo; Convívio com afamília.	Nº de participantes. Índice de satisfação.	Téc. aux. serviço social. Colaboradores
Atividade 2 (Fevereiro 2022)  “É carnaval ninguém leva a mal”	Desfile com as máscaras realizadas pelos utentes.	Dinâmicas de grupo.	Nº de participantes. Índice de satisfação.	Téc. aux. serviço social. Aj. Ação Direta
Atividade 3 (Março 2022)  “Dia da mulher”	Almoço convívio entre trabalhadoras e utentes do sexo feminino. Homenagem ás mulheres.	Observação participante.	Nº de participantes; Índice de satisfação dos clientes.	Téc. aux. serviço social, Colaboradoras
Atividade 4 (Março 2022)	Convívio entre filhos e pais com um lanche	Trabalho de grupo; Observação participante.	Nº de participantes.	Téc. aux. serviço social.



“Dia do Pai”	partilhado		Índice de satisfação.	
Atividade 5 (Abril 2022) “Páscoa”	Visionamento de um filme alusivo a data Caça ao ovo pela instituição	Observação participante; Trabalho de grupo.	Nº de participantes. Índice de satisfação.	Téc. aux. serviço social
Atividade 6 (Maio 2022) “Dia da mãe”	Partilha de lanche e convívio com os familiares; Atribuição de Prenda às utentes do sexo feminino.	Observação participante e não participante.	Nº de participantes. Índice de satisfação.	Téc. aux. serviço social, Colaboradoras
Atividade 7 (Maio 2022) “Dia da família”	Tarde de convívio entre clientes e os seus familiares. Lanche partilhado.	Dinâmicas de grupo; Observação participante.	Nº de participantes. Índice de satisfação.	Téc. aux. serviço social, colaboradoras
Atividade 8 (Maio 2022) “Oração a N. S. Fátima”	Passeio convívio entre utentes, permitindo assistir à missa em Fátima. Reflexão sobre a visita ao santuário.	Observação participante. Debate.	Nº de participantes. Índice de satisfação.	Téc. aux. serviço social, Aj. De ação direta, colaboradora
Atividade 09 (Junho 2022) “Dia da criança”	Convívio entre as crianças da pré escola e os utentes;	Convívio intergeracional; Dinâmicas de grupo.	Nº de participantes. Índice de satisfação.	Téc. aux. serviço social, assistente social, colaboradoras, idosos, educadoras
Atividade 10 (Junho 2022) “Festa da Instituição”	Comemoração do aniversário da instituição com almoço convívio; Tarde de convívio entre utentes.	Trabalho de grupo; Dinâmicas de grupo; Convívio.	Índice de satisfação; Nº diferente de clientes a participar na atividade.	Téc. aux. Serviço Social. Todos os colaboradores
Atividade 11 (Junho 2022) “Comemoração dos santos populares”	Decoração de manjericos com frases alusivas aos santos populares; almoço alusivo ao tema.	Trabalho de grupo.	Índice de satisfação; Nº diferente de clientes a participar na atividade.	Téc. aux. serviço social, Colaboradoras
Atividade 12 (Julho 2022) “Dia dos avós”	Tarde convívio de jogos com as crianças da pré escola.	Dinâmicas de grupo; Convívio intergeracional.	Índice de satisfação; Nº diferente de clientes a participar na atividade.	Téc. aux. serviço social, Colaboradoras Educadoras
Atividade 13 (Agosto 2022) “ Passeio à beira mar”	Passeio pela praia, almoço piquenique no parque de merendas.	Observação participante; Dinâmica de grupo.	Índice de satisfação; Nº diferente de clientes a participar na atividade.	Téc. aux. serviço social, Colaboradoras
Atividade 14 (Novembro 2022) “Magusto de S.Martinho”	Ida dos idosos a feira de S. Martinho; lanche alusivo à época.	Dinâmica de grupo; Observação participante.	Índice de satisfação; Nº diferente de clientes a participar na atividade.	Téc. aux. serviço social. Colaboradoras



Atividade 15 (Dezembro 2022)  “Lanche de Natal”	Festa de Natal com partilha de um lanche com os utentes e familiares, troca de presentes.	Dinâmicas de grupo.	- Índice de satisfação; - N.º diferente de clientes a participar na atividade.	Direção Técnicos Téc. aux. serviço social Colaboradoras Familiars, Clientes
Atividade 16 (1 de Janeiro a 31 de Dezembro 2022)  “Recordar é viver”	Recolha das histórias de vida dos nossos utentes, proporcionando o seu regresso às suas origens, sabores, receitas e tradições. Será produzido um livro disponível para consulta.	Trabalho Individualizado	- N.º de recolhas/participações.	T. Aux. Serviço Social Psicóloga Clientes
Atividade 17 (1 de Janeiro a 31 de Dezembro)	Encontros Intergeracionais e intrageracionais com entidades e instituições locais.	Dinâmicas de grupo	- N.º de encontros e atividades realizadas	T. Aux. Serviço Social Clientes Crianças Idosos

### Atividades semanais C.D/E.R.P.I

Responsável: Diretor Técnico		Responsável pela Execução: Técnica Auxiliar de Serviço Social		
Atividades	Cronograma	Objetivos	Estratégias	Intervenientes
Atelier jogos de mesa	Segunda-feira	Promover dinâmicas de grupo.	Dinâmicas de grupo.	Idosos; Téc. aux. serviço social
Atelier de expressão plástica	Terça-feira	Estimular a criatividade e a motricidade fina.	Trabalhos de grupo.	Idosos; Téc. aux. serviço social
Atelier de costura	Quarta-feira	Estimular a motricidade fina; Diminuir a apatia.	Dinâmicas de grupo.	Clientes; Téc. aux. serviço social
Dia de atividades musicais	Quinta-feira	Estimular a memória e capacidade vocal.	Dinâmicas de grupo.	Téc. aux. serviço social; Clientes
Atelier mais saúde	Sexta-feira	Estimular o bem-estar físico e psicológico dos utentes.	Observação participante.	Téc. aux. serviço social
Aulas de ginástica	Sexta-feira (manhã)	Estimular a autonomia física.	Dinâmicas de grupo; Observação participante.	Prof. Ginástica; idosos
Caminhadas matinais	Diariamente	Promover a autonomia e o bem-estar físico e mental dos utentes.	Dinâmicas de grupo.	Téc. aux. serviço social Idosos
Espaço leitura	Diariamente	Desenvolver o intelecto dos utentes; Estimular o raciocínio dos mesmos.	Observação participante.	Idosos
Celebração de Eucaristia	A combinar	Incentivar a interação com a comunidade.	Dinâmica de grupo.	Idosos, Sr Padre



### Atividades Semanais

#### S.A.D

Responsável: Diretora Técnica		Responsável pela Execução: T. Auxiliar de Serviço Social		
Atividades/cronograma	Objetivos	Estratégias	Intervenientes	Local
Atividades de rotina (diariamente)	Criar regras e hábitos de alimentação saudável e higiene; Promover a autoestima e autoconfiança;	Trabalho individualizado	Cliente (SAD) Equipa de SAD	Domicílio do utente
Ginástica	Minimizar situações de dependência	Dinâmicas de grupo Observação participante	Clientes Prof. de ginástica	Instituição
Espaço informação/ leitura	Informar e esclarecer os utentes; Desenvolver o interesse pela atualidade e pelo conhecimento; Promover a comunicação e pensamento crítico;	Observação participante Debate (sempre que possível)	Clientes (SAD) Animadora	Domicílio do utente
Rastreios semanais à Glicémia e Tensão Arterial	Controle de saúde. Fomentar a alimentação equilibrada e recurso ao Centro de Saúde.	Trabalho individualizado	Clientes Equipa de S.A.D	Domicílio do utente

### Atividades diárias/serviços

#### S.A.D

Responsável: Diretor Técnico		Responsável pela Execução: Diretora Técnica, Ajudantes de Ação Direta,	
Área de intervenção	Objetivos	Atividades	
Higiene pessoal	Assegurar os cuidados de higiene pessoal – criar rotinas e hábitos; Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes e família;	Elaboração e execução do plano individual de higiene de cada utente	
Higiene Habitacional	Manter o espaço de residência limpo; Promover autoestima.	Limpeza do domicílio, sensibilizando para as pequenas adaptações necessárias á segurança do utente.	
Confeção e distribuição da alimentação	Fomentar hábitos de alimentação saudável; Apoiar os utentes e as famílias na satisfação das necessidades básicas;	Elaborar um plano alimentar para os utentes consoante as necessidades; Confeção da alimentação; Distribuição da alimentação; Administração da alimentação;	
Realizar atividades de animação e lazer	Contribuir para evitar o isolamento e permitir relação com o meio envolvente; Fomentar a integração social dos utentes; Cooperação na identificação das necessidades a nível psicológico,	Comemoração das festas e tradições; Distribuição de presentes simbólicos (natal e aniversários); Conversas informais; Compras.	



	social e pessoal; Incentivar a participar nas atividades (internas e externas) agendadas em contexto de animação;	
<b>Tratamento da roupa</b>	Apoiar os utentes nas suas necessidades básicas	Tratamento da roupa (lavar e passar);
<b>Acompanhamento no âmbito da saúde</b>	Assegurar a toma de medicação e assegurar o acompanhamento médico regular.	Acompanhamento a consultas médicas, administração de medicação, solicitação de prescrições médicas e aquisição de medicamentos.
<b>Acompanhamento ao exterior</b>	Promover autoestima.	Acompanhar utentes ao cabeleireiro, etc.
<b>Serviços Bricolagem</b>	Assegurar as condições de higiene segurança do utente.	Pequenas reparações no domicílio; Limpeza e arrumação de espaços exteriores (corte de ervas para facilitar a cesso á casa).
<b>Outros</b>	Promover bem-estar e qualidade de vida aos utentes.	Os solicitados, desde que respeitem os estatutos e regulamento interno da instituição e resposta social (avaliação caso a caso, pelo Diretor Técnico).

#### Outras atividades comemorativas:

- O aniversário dos clientes,
- Aniversário da instituição.
- Eventos promovidos pela câmara municipal de Condeixa, Junta de Freguesia da Ega ou por outras entidades.
- Festas locais;
- Comemoração de algumas datas comemorativas e dias importantes de 2020 (ex.: dia internacional da família; dia mundial do sorriso; dia mundial do chocolate, entre outro)

O plano de atividades como tem vindo a ser hábito será alterado ou adaptado semanalmente às necessidades ou dificuldades, apresentadas pelos idosos, sejam físicas ou mentais, sendo em algumas situações necessário redefinir recursos adicionais, como por exemplo:

- Os idosos que estejam impossibilitados de participar nas caminhadas diárias, poderão dar pequenos passeios dentro da instituição ou zona envolvente da mesma. Os idosos que necessitam da cadeira de rodas para se deslocarem, terão a ajuda de um funcionário que os ajudará a se deslocarem até aos jardins da instituição.
- De modo a que idosos que tenham limitações de ordem visual possam participar em atividades ou tarefas, será disponibilizado mais um colaborador para auxiliar e acompanhar o utente;



---

### **Idosos com dependência física motivada por AVC**

Os utentes que tenham movimentos diminuídos, devido a vários fatores, como é o caso de AVC ou outros, irão integrar as atividades organizadas, apoiados por meios técnicos e humanos.

Terão acesso a atividades complementares como é o caso de fisioterapia ou terapia da fala, consoante os casos e programa a contratualizar.

### **Doente de Alzheimer**

Os utentes que tenham esta patologia serão sempre que possível integrados nas atividades que vão decorrer, havendo uma preocupação em realizar com eles atividades que estimulem a mente, o raciocínio e a memória.

### **Monitorização, avaliação e revisão das atividades socioculturais**

Como já é prática da instituição para podermos aperfeiçoar o plano de atividades socioculturais, este será trimestralmente monitorizado, através dos registos efetuados pelos colaboradores, nos instrumentos criados para o efeito.

De forma geral, para além dos indicadores já referidos por atividade (número de participantes diferentes por atividades, satisfação dos clientes) ter-se-á em consideração também o número de ações realizadas.

As atividades serem alvo de avaliação contínua e participativa, de modo a podermos apreciar a opinião de todos os intervenientes nas ações, de modo a facilitar a concretização dos objetivos.

Sempre que se justifique, as atividades serão avaliadas e revistas, através do envolvimento de todos os intervenientes, com o intuito de melhorar a qualidade dos serviços prestados, adequando-os às necessidades e expectativas dos utentes.

O objetivo da avaliação será medir a eficácia e eficiência do plano e o impacto deste no utente, de forma a podermos definir:

- O seu contributo na melhoria da qualidade de vida do utente;
- A adequabilidade dos objetivos propostos;
- Se alcançámos os objetivos iniciais;
- A satisfação, tanto dos utentes como dos seus familiares;
- Adequabilidade dos recursos utilizados;



## V – CONCLUSÃO

Com a esperança de ver a situação epidemiológica do país resolvida, a Instituição espera poder voltar à tão desejada normalidade e poder não só promover as relações familiares e afetivas como desenvolver mais e melhores atividades de animação e bem-estar.

Com o novo ano não pode deixar de desejar também o aumento da frequência de utentes na Resposta Social de Centro de Dia, para 30 utentes, conforme Acordo de Cooperação, limitada atualmente, no âmbito da prevenção epidemiológica, a 20 utentes.

É também com confiança no futuro que esta Direção prevê, finalmente, iniciar as sessões de fisioterapia e reforçar o equipamento já existente para o desenvolvimento destas atividades, reorganizar espaços internos, melhorar o acesso ao edifício e aumentar o parque automóvel. Por fim e não menos importante pretende já no início do ano reformular o Organograma da instituição, promovendo uma maior dinamização e controlo das respostas sociais.

Com esperança e confiança no futuro esta Direção prevê que 2022 seja um ano de mudanças e de grande sucesso para esta Instituição.

### Aprovado em

Reunião de Direção no dia 18 de Novembro de 2021

A Direção

José António Rebelo  
Fernando Lima  
António Jesus Louco  
Bernardo Gaspar Poole  
Maria Helena Duarte Pereira  
João Carlos Santos



---

**Aprovado em**

Assembleia Geral realizada em 27 de Novembro de 2021

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

João Leonardo Ferreira  
Bráulio Filipe Pires dos Santos  
Roguel Rebelo Paulino