CBESA

CENTRO DE BEM ESTAR SOCIAL DE ALCANENA

PLANO DE AÇÃO

E

ORÇAMENTO 2019

"Aqueles que passam por nós não vão sós, não nos deixam sós.

Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós."

Antoine de Saint-Exupéry

FICHA TÉCNICA DA INSTITUIÇÃO

Denominação Social: Centro de Bem Estar Social de Alcanena

Natureza Jurídica: Instituição Particular de Solidariedade Social

Sede: Rua de S. Pedro, nº158
Alcanena
2380-184 Alcanena

Contribuinte: 500 745 935

Constituição: 15.06.1912

Data: 30 de Novembro de 2018

Periodicidade: Anual

CORPOS GERENTES

Assembleia Geral

Presidente – Miguel António Garcia Domingos

1º Secretário – Artur Simões Rodrigues

2º Secretário – Vitorina Maria Madeira Henriques Carvalho

Direção

Presidente – Eduardo Marcelino Ramalho Camacho

Vice-Presidente – Celestiano Manuel Mendrico Gameiro

Tesoureiro – Vítor Manuel Pereira Mira

Secretário – Maria da Conceição Silva Azevedo Nunes da Silva

Vogal – Manuel Magalhães dos Santos

Vogal – José João Rodrigues Oliveira

Vogal – Joaquim Silva Neves

Vogal Suplente – Luís Filipe Lopes Fatério

Conselho Fiscal

Presidente – Manuel Mina Frazão

Vogal – Gabriel de Oliveira Feitor

Vogal – Jaime Pereira Barreiros

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....5
PLANO DE AÇÃO DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS E CENTRO DE DIA.....8
PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM NA COMUNIDADE DA ERPI, CENTRO DE DIA E CASA ABRIGO.....12
PLANO DE AÇÃO DO GABINETE DE PSICOLOGIA DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS.....17
PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL.....23
PLANO DE AÇÃO DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD).....37
CRECHE, JARDIM DE INFÂNCIA E CATL.....48
PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO DESPORTIVA.....66
PLANO DE AÇÃO DO HOSPITAL.....68
PLANO DE AÇÃO DA ESTAGIÁRIA DE PSICOLOGIA (SAD E HOSPITAL).....78
Dr.ª Patrícia Fonseca Lopes.....85
PLANO DE AÇÃO DE FISIOTERAPIA.....86
PLANO DE AÇÃO DA CASA DE ABRIGO PARA MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA.....92
PLANO DE AÇÃO CONJUNTO ENTRE RESPOSTAS SOCIAIS.....99
PLANO DE AÇÃO DO PATRIMÓNIO.....101
ORÇAMENTO – ANO 2019.....105
ANEXOS.....106

INTRODUÇÃO

O plano de ação para o ano 2019, do Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA) constitui-se como instrumento orientador da nossa atuação ao longo do ano, o qual contém as linhas e traços gerais que irão guiar as ações e os projetos da Instituição, ações estas que podem vir a ser influenciadas por inúmeros fatores.

Tentamos traçar um plano que vá de encontro à satisfação das necessidades básicas e de realização pessoal e social dos nossos utentes tendo sempre em linha de conta os recursos disponíveis para tal.

Tal como nos anos anteriores, a concretização do mesmo, passa em grande parte, pelo esforço e dedicação de todos os que trabalham nesta Instituição.

A redação final será submetida à aprovação da Direção, ao Conselho Fiscal para análise e emissão do seu parecer, e posteriormente à apresentação e votação da Assembleia Geral perante os sócios.

O plano de ação e orçamento para o ano de 2019 foi elaborado, tendo em consideração que 2019 virá a ser mais um ano de muito trabalho, que será mais um ano de reparações e beneficiações devido aos problemas existentes nos imóveis, pois com o passar dos anos foram-se degradando, assim como, será um ano de investimentos reprodutivos.

Com a herança do Senhor Joaquim da Silva Fernandes, podemos dizer que a situação financeira ficou consideravelmente melhor, contudo é um processo extraordinário que começou em Dezembro de 2015, e que se prevê que venha a demorar mais dois anos até que esteja a penúltima fase resolvida, sendo que o acordo de partilhas dos bens em Portugal já tenha sido resolvido, mas ainda estão em resolução os bens existentes no Alaska (USA).

No ano de 2019 prevê-se continuar com investimentos reprodutivos na área da eficiência energética, tendo como objetivo baixar os custos através de investimentos em unidades de produção de energia solar para consumo próprio, sendo esta fase acompanhada de aquisição de veículos elétricos, assim como beneficiações no sistema de aquecimento a gás natural, uma vez que os equipamentos existentes estão com

muitas deficiências devido ao tempo de funcionamento. Com a implementação destes investimentos prevê-se uma redução de cerca de 50% nos custos de energia e combustíveis que são uma parte significativa dos custos do CBESA.

Em 2019 também começaremos a ter receitas livres dos investimentos feitos com os sistemas solares, montados no Centro Educativo e no Hospital, que com um investimento total de cem mil euros, já liquidados por financiamentos próprios ao longo dos últimos cinco anos, durante mais 15 anos terão um retorno anual de cerca de 14 mil euros.

Prevê-se para o ano de 2019 que a situação económica de exploração comece a ficar equilibrada, sendo que ainda não conseguiremos ter resultados que venham a absorver as amortizações.

Neste contexto, o CBESA assume a sua importância enquanto Instituição de economia social, reforçando o seu papel de interventor social, através da manutenção de uma forte dinâmica nos domínios da educação, saúde, solidariedade social, formação e voluntariado.

Vamos continuar a ter como objetivos:

- ***Proporcionar aos nossos utentes as melhores condições possíveis, porque são eles em todas as respostas sociais, a razão maior, e mesmo única, da existência da Instituição;***
- ***Manter os postos de trabalho existentes;***
- ***Equilibrar económica e financeiramente a Instituição;***
- ***Para o ano de 2019, vamos tentar implementar mais um objetivo "Todos somos CBESA".***

Aos nossos utentes na Residência, Centro de Dia e Apoio Domiciliário, assim como aos do Hospital, devido às suas dependências físicas e mentais, continuaremos a garantir os melhores equipamentos e meios técnicos possíveis, alimentação equilibrada e saudável, higiene e meios humanos cada vez mais bem formados e atualizados, onde o profissionalismo, o carinho e a compreensão são o conforto que merecem.

O ano de 2019 deverá ser um ano de consolidação do trabalho desenvolvido nos últimos anos, pois vamos continuar a baixar as dívidas a fornecedores, de modo a Instituição ter capitais próprios para fazer candidaturas.

Continuamos a preparar projetos para a Instituição se candidatar ao Quadro Comunitário 2014-2020 e assim tentar solucionar as nossas necessidades.

Para finalizar, no próximo ano, devem ser continuadas as políticas de incentivos, adotada pela Instituição aos seus colaboradores, ou seja, atribuição de dias de férias suplementares, nomeadamente:

- Dia de aniversário;
- Possibilidade de conversão de 20% das horas de formação que fizerem em formação, tanto na Instituição como fora, desde que a formação seja relacionada com a atividade que exercem;
- Atribuição de ajuda financeira no valor de 40,00 euros/anual para a aquisição de livros escolares aos filhos dos funcionários com aproveitamento escolar;
- Pagamento de subsídio de feriado a 100%, quando a lei regulou a passagem para 50%.

PLANO DE AÇÃO DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS E CENTRO DE DIA

Introdução

O Progressivo envelhecimento demográfico, decorrente do desenvolvimento socioeconómico, da ciência, de tecnologia e da baixa natalidade, é um fenómeno marcante da sociedade moderna. Sendo um fenómeno biopsicossocial, o aumento da longevidade, nem sempre corresponde a um nível de bem-estar ou a um grau de autonomia que possibilite aos mais velhos uma vida de acordo com as suas necessidades e expectativas. Há, portanto, que promover um envelhecimento saudável e ativo a todos os idosos, otimizando as suas condições de saúde, participação e segurança.

Contudo, nem todos os idosos encontram essa resposta no seu meio familiar, sendo necessário o empenho e competência de respostas sociais para que a dimensão física, psíquica, intelectual, espiritual, emocional, cultural e social da vida de cada indivíduo possam ser desenvolvidas sem limitações dos seus direitos fundamentais à identidade e à autonomia.

As estruturas residenciais devem, então, surgir num contexto humanizado e personalizado, que tenham em conta as efetivas necessidades de cada utente, agindo de acordo com os seus direitos e interesses. Nestas estruturas deve-se valorizar a ativação e a estimulação dos indivíduos através da promoção da saúde e prevenção das incapacidades, otimização das funções cognitivas, promoção do desenvolvimento afetivo e fomento da participação social.

Estrutura Residencial para Idosos (ERPI)

Esta resposta social vai ao encontro de todos aqueles que, por motivo de saúde, habitação ou sociais, necessitam de uma assistência permanente ou de uma vigilância noturna impossível de obter no seu meio familiar. A ERPI proporciona a estes idosos o conforto e a atenção que merecem, incentivando-os à participação nas várias atividades, de modo a sentirem-se úteis e integrados na sociedade.

Desinseridos do seu meio natural de vida, os idosos necessitam do empenhamento e competência de todos os colaboradores, para que, as suas dimensões físicas, psíquica, intelectual, emocional, cultural e social possam ser

desenvolvidas. É pois, fundamental o trabalho multidisciplinar que os vários técnicos ao serviço do CBESA deverão realizar ao longo de todo o ano.

As duas respostas sociais, ERPI e Centro de Dia funcionam no mesmo espaço físico, tendo este sido objeto, em 2018, de obras de ampliação para mais 10 camas, tendo a capacidade passado para um total de 84 lugares, dos quais 20 não são comparticipados pela Segurança Social.

É urgente iniciar o projeto de remodelação deste equipamento, aguardando-se para breve a aprovação do financiamento ao abrigo do Quadro Comunitário Portugal 2020.

Quanto aos recursos humanos, o CBESA dispõe de uma vasta equipa de profissionais, com capacidade técnica e com formação multidisciplinar, das áreas da saúde e sociais, pretendendo-se que a valorização dos mesmos recursos se traduza numa melhoria contínua e efetiva do desempenho profissional no âmbito dos cuidados geriátricos. A melhoria contínua da qualidade dos serviços é uma responsabilidade e um compromisso que envolve toda a estrutura organizacional e, temos que ser capaz de diariamente transmiti-lo a todos que usufruem dos nossos serviços.

As atividades planificadas no sector de gerontologia para o ano de 2019 são delineadas numa perspetiva multi/interdisciplinar, de várias áreas de intervenção nomeadamente, plano geral elaborado pela Diretora Técnica, plano de Enfermagem elaborado pelos serviços de Saúde, plano de Animação elaborado pela Técnica de Animação Desportiva, Social e Cultural, plano de Estimulação Cognitiva e Animação Psicossocial e plano de Fisioterapia elaborado pela Técnica Fisioterapeuta.

Área Social

As alterações demográficas que conduzem à inversão da pirâmide etária, refletindo o crescente envelhecimento populacional colocam-nos a todos, famílias, sociedade em geral, entidades públicas e privadas, enormes desafios. Compete-nos enfrentar positivamente estes desafios desenvolvendo respostas integradas que contribuam para o aumento da qualidade de vida dos mais velhos proporcionando um envelhecimento ativo e saudável minimizando situações de isolamento e vulnerabilidade social.

Consideramos assim, como princípio fundamental da nossa intervenção diária que envelhecer com qualidade, prolongando a autonomia e a independência, constitui um imperativo e uma responsabilidade individual e do coletivo. Assim, apontamos as seguintes prioridades:

- Com os utentes:

  - Aperfeiçoar os planos individuais de cuidados e mante-los em atualizados, sempre que possível com a participação do utente e família;
  - Promover a avaliação semestral de todos os planos individuais de cuidados;
  - Acompanhar, ainda mais de perto, a integração do novo utente na resposta social, envolvendo para isso, para além de todos os funcionários, um grupo de idosos para tal destacado.

- Com os colaboradores:

  - Revisão do Código de Ética e Conduta existente;
  - Implementar o Sistema de Avaliação de Desempenho;
  - Promover, com a Psicóloga da ERPI, supervisão do estado emocional dos colaboradores, dotando-os de estratégias de suporte para a gestão do quotidiano profissional na ultrapassagem de momentos críticos, a manutenção de desempenhos positivos e a redução de situações de conflito;
  - Colmatar a necessidade de formação dos colaboradores, para o que se apresentam sugestões de temas a abordar e do interesse de todos, nomeadamente:

    - Trabalho em equipa;
    - Demência e doença de Alzheimer;
    - Luto e Morte;
    - A pessoa em fase terminal;
    - Comunicação com a pessoa Idosa.

Necessidades de aquisição previstas para o ano 2019

Quantidade	Produto	Preço unitário	Preço total
1	Armário para refeitório para acondicionamento de copos talheres e toalhetes, e guardanapos	1.000€+iva	1.230€
1	Elevador de transferência	695€+iva	854,85€
10	Proteções para grades de cama	68,50€+iva	842,55€
4	Televisões para as salas pequenas	300€	1200€
2	Televisões para as salas grandes	450€	900€
1	Armário para processos para o gab. da diretora	850€+iva	1.045,50€
	Casacos polares para funcionárias	15€/cada	
300	Conjuntos de lençóis e fronhas	15,80€+iva	5.830€
2.500	Manápulas	0,39€+iva	1.200€
1.000	Babetes de turco	2,39€+iva	2.940€
50	Almofadas	3,80€+iva	158,70€
40	Capas para almofada tecido e pvc c/ fecho	4,30€+iva	211,20€
150	Capas de colchão	15,30€+iva	2.782,50€
300	Resguardos	13,95+iva	5.145€
Lote de 27 unid. Cobre 3m^2	Tapetes antiderrapantes para chuveiros (catálogo Manutan pag1443)		235,00€

Diretora Técnica

Técnica Superior de Serviço Social - Dr.ª Adelina Ferreira

PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM NA COMUNIDADE DA ERPI, CENTRO DE DIA E CASA ABRIGO

- **Continuidade e melhoria dos cuidados de saúde, através de:**
  - ✓ Promoção da saúde;
  - ✓ Prevenção de agudizações;
  - ✓ Deteção precoce de problemas de saúde;
  - ✓ Controlo da evolução dos problemas já existentes;
  - ✓ Promoção da autonomia e independência;
  - ✓ Incentivo à autonomia e desenvolvimento das suas potencialidades;
  - ✓ Vigilância do estado geral do utente;
  - ✓ Avaliação da evolução/involução do estado de cada utente;
  - ✓ Vigilância da integridade cutânea do utente;
  - ✓ Realização do plano individual de cada utente;
  - ✓ Observação física e psicossocial do utente;
  - ✓ Personalização dos cuidados;
  - ✓ Trabalho em equipa multidisciplinar, efetuando um controlo adequado da alimentação de cada utente;
  - ✓ Acompanhamento personalizado a cada utente;
  - ✓ Contribuir para a valorização pessoal e social do utente;
  - ✓ Trabalho em equipa multidisciplinar, efetuando avaliação de risco, pelo menos de 6 em 6 meses e sempre que seja necessário, através do Plano Individual;
  - ✓ Garantir uma correta administração de medicação;
  - ✓ Evitar o erro;
  - ✓ Controlar a evolução dos problemas já existentes;
  - ✓ Administração da medicação;
  - ✓ Promover a integração familiar na tomada de decisão;
  - ✓ Apoio aos familiares de cada utente e esclarecimento de algumas dúvidas;
  - ✓ Envolver a família nos cuidados;
  - ✓ Promover a dignidade na morte;

- ✓ Apoiar as famílias no luto.

- **Manter e promover atualização do registo das AVD`s usando o sistema de registos Softgold,** continuando a fazer uso diário dos terminais de forma a ter maior precisão no registo de AVD`s e consequentemente um maior e mais fácil acesso a todos os registos realizados pela equipa multidisciplinar.

- Continuidade na procura e na pesquisa de produtos vanguardistas no tratamento de úlceras de pressão e feridas, com vista o equilíbrio económico na relação custo/benefício de todo o tipo de tratamentos; Dar continuidade a renovação de equipamentos/mobiliário de apoio à prática clínica.

- Melhoria contínua na **organização**, **orientação** e **supervisão** na prestação dos cuidados de saúde:
  - ✓ Avaliar os cuidados prestados;
  - ✓ Melhorar a prestação de cuidados;
  - ✓ Desenvolver conhecimentos, aptidões e atitudes na prestação de cuidados;
  - ✓ Controle de indicadores de qualidade;
  - ✓ Desenvolvimento de novos indicadores;
  - ✓ Aplicação de cuidados específicos a cada situação/riscos que cada utente apresente (posicionamentos, prevenção de quedas, alimentação, cuidados de higiene entre outros);
  - ✓ Reuniões com colaboradores do Lar e demais respostas sociais;
  - ✓ Reforçar o processo de acolhimento das novas funcionárias.

- Atividades genéricas a desenvolver durante o ano de 2019:
  - ✓ Aumentar a qualidade de vida dos utentes;
  - ✓ Promover a recuperação do estado de saúde;
  - ✓ Prevenir complicações;
  - ✓ Avaliação de glicémia capilar;

- ✓ Administração de insulina conforme Esquema Terapêutico;
- ✓ Monitorização de Sinais Vitais (tensão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória, temperatura e dor);
- ✓ Medidas de avaliação e controlo de dor;
- ✓ Preparação e Administração de Terapêutica;
- ✓ Promover e avaliar a adesão de cada utente ao regime terapêutico;
- ✓ Gerir a forma e o local de acondicionamento da medicação;
- ✓ Administração de vacina da gripe e outras necessárias;
- ✓ Realização de pensos;
- ✓ Realização de oxigenioterapia;
- ✓ Realização de aerossolterapia;
- ✓ Colocação de sonda rectal, vesical e nasogástrica;
- ✓ Otimização de sonda rectal, vesical e nasogástrica;
- ✓ Realização de proteções músculo-esqueléticas;
- ✓ Realização de posicionamentos e mobilizações;
- ✓ Gestão das dietas dos utentes;
- ✓ Promover a independência;
- ✓ Detetar precocemente possíveis alterações;
- ✓ Supervisão e vigilância da alimentação do utente;
- ✓ Marcação e preparação de consultas para as especialidades médicas;
- ✓ Marcação e preparação de exames complementares de diagnóstico;
- ✓ Requisição de receitas médicas conforme a necessidade;
- ✓ Ensinos sobre mobilizações, posicionamentos e cuidados básicos aos utentes.

- Manter e reforçar o trabalho em equipa com a colaboração do Dr. João Grilate, de forma a melhorar os cuidados de promoção da saúde e prevenção da doença.

- Cooperar com a equipa multidisciplinar na implementação e aperfeiçoamento do **processo de acolhimento e acompanhamento dos utentes**, com vista aos cuidados holísticos ao utente:
  - ✓ Realizar a admissão do utente da ERPI e Centro de Dia no momento da chegada;
  - ✓ Proceder à recolha e organização do processo clínico;
  - ✓ Apresentação da equipa de Saúde da ERPI e espaços físicos da mesma;
  - ✓ Reformular e atualizar todos os processos clínicos;
  - ✓ Informar os profissionais de saúde do exterior, do historial clínico dos utentes;
  - ✓ Encaminhar e orientar para os recursos adequados;
  - ✓ Promover a intervenção de outros técnicos de saúde;
  - ✓ Realização de relatórios clínicos;
  - ✓ Sinalização de situações a outros membros da equipa;
  - ✓ Realização de consultas médicas internas;
  - ✓ Realização de consultas / exames no exterior;
  - ✓ Encaminhamento para o serviço de urgência quando necessário.

- Melhorar a prestação de cuidados com vista a gestão de serviços e otimização de recursos:
  - ✓ Repor stocks;
  - ✓ Gestão e organização dos serviços;
  - ✓ Gestão de recursos materiais e humanos;
  - ✓ Revisão das caixas de primeiros socorros;
  - ✓ Controlar prazos de validade;
  - ✓ Controlar o estado dos produtos.

- Colaborar com a resposta social Casa Abrigo, em situações de emergência ou de real necessidade de cuidados de Enfermagem.

- Comunicar, sempre que se verifique, alterações/necessidades das utentes da Casa Abrigo ao Dr. João Grilate.

- Estabelecer a interligação entre as ajudantes de ação direta e as utentes da Casa Abrigo.

Para o melhor desenvolvimento das nossas atividades consideramos importante adquirir o seguinte material:

- 1 Monitor de avaliação de Sinais Vitais, traçado ECG, NIBP e SPO2, no valor de aproximadamente 1.000,00€;
- 1 Tensiómetro, no valor aproximadamente de 70,00€.

Ao concluir este plano de ação, constatamos que a Enfermagem é uma profissão autónoma e dinâmica, fazendo com que as nossas funções tenham como objetivo principal prevenir e retardar as afeções características do nosso grupo populacional, explorando e incentivando as suas potencialidades, de forma a promover o seu bem-estar social e psicológico dos utentes.

A nossa atuação visa sempre uma abordagem holística do utente de forma a proporcionar cuidados diferenciados em contextos distintos.

Enfermeiro Óscar Lopes **Enfermeira Vanessa Jorge**

PLANO DE AÇÃO DO GABINETE DE PSICOLOGIA DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS

"Tenho pensamentos que, se pudesse revelá-los e fazê-los viver, acrescentariam nova luminosidade às estrelas, nova beleza ao mundo e maior amor ao coração dos homens."

Fernando Pessoa

O trabalho desenvolvido pelo Gabinete de Psicologia é uma continuidade do ano anterior, organizando-se dentro dos mesmos moldes, uma vez que a psicóloga e a população-alvo se mantêm, e as atividades que têm vindo a ser dinamizadas se têm revelado adequadas.

As atividades consistirão essencialmente em: Intervenção Psicológica; Avaliação Psicológica, Interação Social; Dinâmicas de Grupo; Atendimentos Individuais, Estimulação Cognitiva, Elaboração de placard e Atendimentos familiares.

Em 2019 pretende-se introduzir a dinamização de Grupos de Diálogo e Partilha com as Ajudantes de Ação Direta.

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA

As sessões individuais de intervenção psicológica visarão ajudar o utente a trabalhar questões emocionais, a atenuar sintomas depressivos e ansiosos e negociar estratégias que permitam a mudança de pensamentos ou até atitudes e comportamentos. Pretende-se também nestas sessões apurar meios e estratégias para assegurar a qualidade de vida, a autoestima e a autonomia do utente na Instituição.

Um relacionamento de cumplicidade e empatia entre o utente e a psicóloga é fundamental, sendo que a qualidade deste relacionamento é um dos fatores cruciais para o sucesso da intervenção psicológica, pelo que continuarão a ser alvo de especial investimento, o afeto, a confiança, a disponibilidade e a escuta ativa.

É nestas sessões que é explicada ao utente a função da psicóloga na Instituição, e que é esclarecida a disponibilidade deste serviço sempre que dele vierem a necessitar.

AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

Nas sessões de avaliação psicológica são avaliados três tipos de estados: o estado mental (atenção, memória, raciocínio, alucinação), o estado emocional (depressão, ansiedade, humor e apatia) e o estado de consciência (confusão mental, delírio ou excitação psicomotora).

Da observação e avaliação resultam informações acrescidas, úteis para a equipa, uma vez que constituem informação importante para a adequação do trabalho às características, personalidade e estado cognitivo e emocional dos nossos utentes.

Os testes só são aplicados aos utentes, passado o período inicial de adaptação, uma vez que o mesmo poderá deturpar os resultados e, consequentemente, interferir na respetiva interpretação. Os testes são novamente aplicados, no máximo passado um ano, mas também sempre que as circunstâncias o exijam, pois constituem informação útil para ajudar a compreender e clarificar, por exemplo, mudanças significativas de comportamento e de atitude de determinado utente.

INTERAÇÃO SOCIAL

A interação com o utente continuará a não estar cingida ao Gabinete de Psicologia, podendo acontecer em qualquer lugar da Residência, nomeadamente corredores, salas, quartos e pátios exteriores.

Estes momentos são preciosos para a construção da relação entre técnica e utente, mas também para avaliar o estado emocional do idoso, as suas preocupações, problemas e necessidades. Nesta interação é possível observar não só o que é comunicado, mas também a maneira de estar dos utentes em interação ou até em possível isolamento.

Reforça-se a ideia de que a relação é uma característica essencial para uma intervenção psicológica eficaz. A interação social também permite que o utente se sinta valorizado e alvo de atenção, o que é importantíssimo para a sua qualidade de vida.

DINÂMICAS DE GRUPO

A partilha de vivências, de emoções e de sentimentos constitui um momento precioso de interação entre os utentes. As dinâmicas de grupo visam a criação de contexto, que incentiva essa partilha e promove a empatia, não só entre os utentes, mas também entre os utentes e a psicóloga, desencadeando a compreensão e a interajuda.

Estes grupos continuarão a ser constituídos com poucos elementos, criteriosamente escolhidos.

Pretende-se que os temas debatidos vão ao encontro das necessidades e experiências dos idosos.

ATENDIMENTOS INDIVIDUAIS

É com alguma frequência que os utentes se dirigem ao Gabinete de Psicologia, procurando ajuda e aconselhamento para resolverem questões do seu dia-a-dia. Por vezes precisam apenas de conselhos, outras vezes necessitam de ajuda em questões muito práticas, ou de auxílio na resolução de determinadas situações. Estes momentos são designados Atendimentos Individuais e acontecerão sempre que necessitem, pois o que se pretende é a satisfação do utente a todos os níveis.

ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

A promoção das capacidades cognitivas é essencial para a manutenção da autoestima e da autonomia do utente, manutenção esta que deve ser uma das prioridades dos colaboradores da Residência.

As sessões de estimulação cognitiva continuarão a objetivar a estimulação da concentração, da memória e da atenção, a promoção do raciocínio abstrato, da agilidade mental e do vocabulário.

Os exercícios continuarão a consistir em recorte e colagem, pintura, labirintos, sopas de letras, palavras cruzadas, exercícios de escrita e de cálculo, sequências,

identificação de diferenças, grafismos, diversas atividades que impliquem raciocínio, entre outros. Os exercícios serão atribuídos de acordo com os gostos e as capacidades de cada utente participante.

Manter-se-á o Espaço Cognitivo no bar, onde os utentes interessados terão cada um uma pasta com exercícios de acordo com as suas apetências e capacidades. Este Espaço Cognitivo continuará a destinar-se apenas aos utentes que realizem os exercícios autonomamente.

ATENDIMENTO FAMILIAR

Qualquer que seja o trabalho desenvolvido, a prioridade do Gabinete de Psicologia será sempre contribuir para o bem-estar psicológico do idoso. Portanto, no que concerne à família, o objetivo mantém-se focado nessa mesma prioridade.

A interação que na Residência se estabeleça com os familiares, desde que positiva, de qualidade, trará benefícios para todas as partes:

- Para a Residência, pois nos casos em que o utente tem demência, a família poderá dar um precioso contributo aos colaboradores, pois fornecerá informações acerca da evolução da doença e, assim, ajudar os colaboradores a conhecer o utente;
- Para a família, pois promoverá o seu sentimento de segurança e diminuirá os seus receios o que, por sua vez, beneficiará também a Instituição, pois promoverá a aceitação de regras, conselhos e pedidos de colaboração;
- Para o utente que, por sua vez, sentirá que tem um conjunto de pessoas que se relacionam, que comunicam e que interagem em prol da sua qualidade de vida, o que se traduzirá em autoconfiança e sentimento de segurança.

Em caso de conflitos entre a família e o idoso, o Gabinete de Psicologia apenas intervirá se for essa a vontade do utente. Na verdade, os conflitos com a família têm repercussões altamente negativas no utente, pelo que a intervenção pode ser vantajosa, mas sempre respeitando, acima de tudo, a vontade do idoso.

PLACARD

O Gabinete de Psicologia dispõe de um placard junto ao gabinete da Diretora Técnica, no qual continuará a disponibilizar informação relevante para familiares e funcionários da Residência, destacando-se as Ajudantes de Ação Direta.

Esta informação é trabalhada de forma a adequar-se à população-alvo.

As necessidades do idoso, a comunicação estabelecida, particularidades do comportamento de utentes com demência, características das demências, em suma, informações que facilitem a relação do colaborador com o utente, e do familiar com o idoso, continuarão a ser os principais temas abordados.

GRUPOS DE DIÁLOGO E PARTILHA COM AS AJUDANTES DE AÇÃO DIRETA

O cuidar deve ser visto como relacional e afetivo, assentando num interesse e consideração pelo outro enquanto pessoa, não se baseando apenas na mera prestação de serviços.

Na verdade, para que o utente se sinta satisfeito com a sua vida, precisa que necessidades de vária ordem sejam satisfeitas, sendo estas de diversa ordem, nomeadamente de ordem física, intelectual, espiritual, social e emocional.

O objetivo principal será sempre assegurar a qualidade de vida dos utentes, pelo que se visará:

- Ter conhecimento das dificuldades das AAD para que os técnicos as possam ajudar;
- Partilhar as dificuldades dos técnicos para que as AAD os possam auxiliar;
- Disponibilizar informação técnica relevante;
- Melhorar as práticas na Residência;
- Contribuir para a realização profissional das AAD, pois quanto melhor fizerem o trabalho, mais realizadas se sentirão, e quanto mais realizadas se sentirem, melhor será o trabalho que farão;
- Discutir ideias, críticas e sugestões, pois com as partilhas entre colaboradores, o trabalho será com toda a certeza de melhor qualidade.

Notas finais:

Qualquer trabalho desenvolvido deverá ser permanentemente monitorizado, podendo ser alvo de alterações ao longo do ano de 2019, de forma a adequar-se às verdadeiras e significativas necessidades individuais do utente.

É importante salientar que o trabalho desenvolvido pelo Gabinete de Psicologia, apesar de ser muito direcionado para o indivíduo, deverá poder contribuir para a organização da Residência. Para tal, é imprescindível que o Gabinete de Psicologia trabalhe em equipa com a Diretora Técnica, o Gabinete de Enfermagem, as Animadoras e o Internato, pois só em conjunto se poderá efetivamente criar um ambiente adaptado às necessidades de cada utente, um ambiente de qualidade que o faça sentir-se autónomo, seguro, e valorizado.

Em suma, considera-se que quaisquer que sejam as atividades dinamizadas, o objetivo principal é conceder ao idoso a qualidade de vida que merece, apostando-se para tal numa relação de disponibilidade e afeto.

Técnica Superior de Psicologia Clínica

Dr.ª Sofia Gomes

PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

"Melhor que rir é rir com alguém ao seu lado.
Sorriso dividido é sorriso dobrado."
[S.N.].

1. Introdução

O presente Plano de Ação de 2019 das Atividades Socioculturais tem como objetivo envolver os utentes em diversas atividades de forma a estimular a autonomia, bem-estar, boa disposição e a relação e comunicação com os outros.

Ao longo da vida, passamos por um processo fisiológico irreversível, ou seja, após se iniciar o decadência dos sistemas fisiológicos no corpo não há como obter uma restituição dos mesmos, mas com a prática de atividade física pode-se amenizar a velocidade com que se processam as modificações nos sistemas, por isso é bastante importante que haja atividade física adequada às necessidades e realidade física de cada um, como também a nível psicológico e social do idoso, pois essa mesma atividade pode significar a diferença entre a vida autónoma ou não.

A planificação das atividades é algo muito importante e exigente, pois as mesmas têm de ser heterogéneas e planificadas tendo em conta as diversas características pessoais, capacidade, dificuldades, gostos e também a história de vida de cada um.

É bastante importante haver uma rotina, e a mesma deverá ser mantida de forma organizada e coordenada.

2. Plano de Ação 2019

2.1. Referências e Descrição

Programa

- Programa Sociocultural

Objetivos

- Dinamizar a ERPI e Centro de Dia do CEBSA, proporcionando aos utentes um espaço de convivência, de comunicação permitindo o desenvolvimento de relações interpessoais, da criatividade e do sentido crítico.

Descrição do Plano

Este plano pretende promover atividades diversificadas, que podem ser divididas em: Atividades Regulares e Atividades Específicas.

Atividades Regulares:

- Atividade Psicomotora;
- Caminhadas;
- Jogos de interior ou exterior;
- Conversar;
- Alfabetização;
- Leitura e comentário de jornais e revistas;
- Pequena ajuda nas tarefas da Instituição;
- Desenvolvimento de várias Oficinas;
- Atividades Culturais passeios e intercâmbios;
- Atividades intergeracionais (dias comemorativos: Dia de S. Martinho; Natal; Dia dos Avós; Dia da Família);
- Atividades de carácter religioso;
- Divulgação de eventos e atividades por nós desenvolvidas, na rede social, *Facebook* do CBESA;
- Visionamento de filmes e/ou fotografias;
- Atividades musicais.

Atividades Específicas:

- Cinema;

- Comemoração de Dias Festivos (Aniversários dos utentes; Carnaval; Dia Internacional da Mulher; Chegada da Primavera; Dia Mundial do Teatro, Dia Internacional dos Parques Naturais, Dia Mundial da Dança, Dia do Idoso);
- Exposição e venda de trabalhos, elaborados pelos utentes;
- Piqueniques;
- Passeio a Fátima;
- Sessões temáticas (temas do interesse dos utentes);
- Natal.

2.2. Objetivos

Público-alvo

- Utentes das respostas sociais: ERPI; Centro Educativo; Centro de Dia; Apoio Domiciliário; Hospital; Casa Abrigo.

Resultados Previstos

- Dinamização de um espaço de interesse comum;
- Realização de atividades de motricidade fina e cooperação;
- Estimulação da aprendizagem ao longo da vida;
- Fomentação das relações interpessoais;
- Reforçar a importância dos laços familiares.

Intervenientes

- Solicitar a entidades específicas o apoio nas atividades a desenvolver, como: Câmara Municipal de Alcanena, Junta de União de Freguesias Vila Moreira e Alcanena, CAORG;
- Utentes, Diretora Técnica, Animadora Sociocultural, Educadora Social, Psicóloga, Equipa de Enfermagem, Direção e colaboradores/as que mencionem e sugiram atividades que gostariam de realizar/desenvolver.

2.3. Previsões quanto ao contexto interno e externo

➢ **Estrutura** – este plano será coordenado pela Animadora Sociocultural e Educadora Social, que se encarregaram de dinamizar as respostas sociais ERPI e Centro de Dia, através da organização e gestão das diversas atividades, espaços, materiais e equipamentos necessários às mesmas;

➢ **Comunicação** – dever-se-á realizar reuniões entre a equipa multidisciplinar de modo a informar assuntos, que sejam pertinentes para uma melhor execução das atividades.

Organização externa

➢ Contactos com Instituições, Associações, entre outras.

Promoção / Divulgação

➢ Divulgação, através da rede Social;

➢ Exposição dos trabalhos realizados, na instituição ou em local público a combinar.

3. Participação dos utilizadores

➢ Este plano pretende estimular a autonomia, bem-estar, boa disposição, o relacionamento/comunicação com os outros, a partir da dinamização de díspares atividades, tornando mais agradável a sua permanência, e mais motivadores os seus tempos livres e de ócio.

➢ Vamos abordar os utentes de modo a conhecer os seus gostos e desejos, para melhor os servir e satisfazer, promovendo desta forma a participação ativa, quer no desenvolvimento do presente Plano de Ação, quer na dinamização da própria Instituição.

➢ Para um cumprimento mais eficaz destes objetivos é necessário conhecer as capacidades específicas de cada utente, a nível emocional, psicológico e físico, de modo a haver uma adaptação das atividades às necessidades de cada um, e se obter melhor eficácia.

4. Datas Comemorativas

De seguida apresenta-se as datas comemorativas mensalmente:

Janeiro

1 (Ter)	Dia da Paz (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
6 (Dom)	Dia de Reis (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
11 (Sex)	Dia Internacional do Obrigado (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
18 (Sex)	Dia Internacional do Riso (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
29 (Ter)	Dia Mundial do Puzzle (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
31 (Qua)	Dia ao Contrário (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Fevereiro

14 (Qui)	Dia dos Namorados (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
22 (Sex)	Dia do Pensamento (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Março

5 (Ter)	Carnaval (Atividades Grupo de Animação Instituições da Terceira Idade)
8 (Sex)	Dia Internacional da Mulher (Atividades todas as respostas sociais)
14 (Qui)	Dia da Incontinência Urinária (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
20 (Qua)	Dia Internacional da Felicidade (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
20 (Qua)	Chegada da Primavera (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
21 (Qui)	Dia Mundial da Arvore (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
21 (Qui)	Dia Mundial da Poesia (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
27 (Qua)	Dia Mundial do Teatro (Atividades todas as respostas sociais)

Abril

1 (Seg)	Dia Internacional Diversão no Trabalho (Atividades ERPI e Centro de Dia)
6 (Sáb)	Dia Mundial da Atividade Física (Atividades Colaboradores do CBESA)
11 (Qui)	Dia Mundial da Doença de Parkinson (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
16 (Ter)	Dia Mundial da Voz (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
19 (Sex)	Corpo de Deus (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
21 (Dom)	Páscoa (Atividades todas as respostas sociais)
25 (Qui)	Dia da Liberdade (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
29 (Seg)	Dia Mundial da Dança (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Maio

1 (Qua)	Dia do Trabalhador (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
13 (Seg)	Dia da Nossa Senhora de Fátima (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
15 (Qua)	Dia Internacional das Famílias (Atividades todas as respostas sociais)
18 (Sáb)	Dia Internacional dos Museus (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
23 (Qui)	Ida à Praia (Atividades todas as respostas sociais)

Junho

Baile Verão (Atividades Grupo de Animação Instituições da Terceira Idade)
18 (Ter) Dia Internacional do Piquenique (Atividades todas as respostas sociais)
A Rádio vem ao CBESA (Atividades todas as respostas sociais)
21 (Sex) Chegada do Verão (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Julho

26 (Sex) Dia Mundial dos Avós (Atividades todas as respostas sociais)

Agosto

19 (Seg) Dia Mundial da Fotografia (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Setembro

21 (Sáb) Dia Mundial da Doença de Alzheimer (Atividades ERPI e Centro de Dia)
23 (Seg) Chegada do Outono (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
25 (Qua) Dia Mundial do Sonho (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
27 (Sex) Festa das Sopas (Atividades todas as respostas sociais)
29 (Dom) Dia Mundial do Coração (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Outubro

1 (Ter) Dia Internacional Idoso (Ativ. Grupo Animação Instit. Terceira Idade)
1 (Ter) Dia Mundial da Música (Atividades todas as respostas sociais)
5 (Sáb) Dia Implantação República Portuguesa (Atividades ERPI e Centro Dia)

Novembro

1 (Sex) Dia de Todos os Santos (Atividades todas as respostas sociais)
11 (Seg) Dia de São Martinho (Atividades todas as respostas sociais)
Festa Dourada (Ativ. Grupo Animação Instituições Terceira Idade)

Dezembro

1 (Dom) Restauração da Independência (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
10 (Ter) Dia Internacional dos Direitos Humanos (Atividades ERPI e Centro de Dia)
21 (Sex) Chegada do Inverno (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
25 (Qua) Natal (Atividades todas as respostas sociais)

5. Plano de Avaliação

- Os Intervenientes na avaliação das atividades propostas serão os Utentes a Animadora Sociocultural e a Educadora Social, e será realizada uma avaliação interna;
- O tipo de avaliação segundo a temporalidade será a avaliação *On going,* que será realizada durante a execução das atividades, os instrumentos vamos utilizar serão grelhas de observação, onde se vai observar se os objetivos das atividades estão a ser atingidos. Também se vai utilizar a avaliação *Ex-post,* esta avaliação será realizada no final das atividades para assim se refletir e analisar se os objetivos desenhados foram ao encontro com os resultados encontrados.

5.3. Estratégias

- Recolher junto dos utentes informações sobre interesses pessoais, gostos e aptidões;
- Selecionar e angariar materiais de trabalho para as diversas atividades de forma a possuir um leque diversificado de instrumentos de trabalho.

Desta forma, a dinamização da Instituição, a organização e gestão das atividades não se baseará somente nas ideias da Animadora e da Educadora Social, será sim um espaço construído essencialmente, Para e Com os utentes.

5.4. Recursos

Humanos

- Utentes;
- Animadora Sociocultural;
- Educadora Social;
- Diretora Técnica;
- Elementos da Direção;
- Psicóloga;
- Equipa de Enfermagem;
- Colaboradores/as;
- Entidades, Associações, grupos e individualidades específicos.

Materiais

- Existentes na Instituição (telefone, fotocopiadora, computador, colunas de som; impressora; retroprojetor; tinteiros, papel, mesas, cadeiras, televisão, rádio; CDs, DVD);
- Específicos para as atividades (tintas de diversos tipos, cartolinas, tesouras, canetas de feltro, lápis de cor, lápis de cera, tecido, cola, peças decorativa em gesso, madeira, vidro ou outro material, barro/terra cota, pincéis, guardanapos).

Atividades Regulares		
Periodicidade	**Descrição**	**Objetivos**
Semanalmente	**Sessões de psicomotricidade**	➢ Desenvolver as capacidades físicas, fazer frente às limitações físicas e psicossomáticas; ➢ Favorecer a confiança e o domínio do corpo e da mente; ➢ Adquirir flexibilidade e equilíbrio; ➢ Estimular a distensão, relaxamento e a libertação das tensões perante o cansaço e a monotonia; ➢ Tomar o tempo de ócio em tempo de lazer; ➢ Incentivar para os esforços do quotidiano; ➢ Favorece o desenvolvimento psicomotor.
	Jogos	➢ Estimular a coordenação psicomotora; ➢ Promover momentos lúdicos e de descontração; ➢ Combater o isolamento; ➢ Promover a interação no grupo.
	Oficinas	➢ Fomentar as relações interpessoais e sociais, o bem-estar e a participação dos idosos; ➢ Proporcionar momentos de ocupação; ➢ Apelar/incentivar a criatividade dos idosos; ➢ Desenvolver a motricidade fina.
	Atividade de Carácter Religioso	➢ Promover momentos de encontro e reflexão, respeitando as crenças de cada um.

	Sessões de Leitura e Escrita	➢ Manter e Desenvolver as capacidades adquiridas; ➢ Estimular a fala, a escrita e a memória; ➢ Permitir a comunicação verbal; ➢ Desenvolver o sentido crítico/Despertar interesses.
	Caminhadas	➢ Estimular a coordenação psicomotora; ➢ Estimular as capacidades de mobilidade e aumentar a autonomia; ➢ Promover momentos lúdicos e de descontração; ➢ Promover a interação no grupo; ➢ Promover a qualidade de vida.
Mensalmente	**Comemoração do Aniversário dos Utentes**	➢ Proporcionar ao Utente que faz anos um momento só para o mesmo, momento esse de festejo e confraternização.
	Atividades Culturais, Passeios e Intercâmbios	➢ Proporcionar momentos de entretenimento; ➢ Permitir aos idosos usufruir de práticas culturais e sociais; ➢ Fomentar as relações interpessoais e sociais.
Sempre que se justifique	**Atividades Intergeracionais**	➢ Promover o respeito e intercâmbio de experiências, valores, sentimentos e pensamentos entre gerações diferentes.
	Divulgação de atividades organizadas e realizadas pela ERPI do CBESA, na rede Social (*Facebook*) da Instituição	➢ Valorizar as atividades desenvolvidas; ➢ Divulgar as atividades realizadas; ➢ Divulgar saberes.
	Visionamento de filmes/ Fotografias/ ou documentários	➢ Proporcionar momentos de entretenimento; ➢ Captar e/ou incentivar a atenção e a concentração; ➢ Fomentar as relações interpessoais e sociais; ➢ Desenvolver o espírito crítico.
	Comemoração das Estações do ano (elaboração de painéis, telas e quadros alusivos ao tema)	➢ Desenvolver a motricidade fina, a destreza manual, a criatividade e o espirito de improvisação dos utentes. Dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos.

Cronograma

Atividades	Descrição	Periodicidade	Objetivos
Comemoração do Dia de Reis	Lanche convívio entre utentes da ERPI, familiares e colaboradores; Atuação do grupo Coral Jubilar "Vamos cantar as Janeiras".	6 de Janeiro (Dom)	➢ Promover atitudes de participação e cooperação em atividades musicais; ➢ Reviver tradições populares; ➢ Promover o convívio entre os utentes, família e funcionários; ➢ Promover a socialização, evitando o isolamento, a tristeza e a depressão.
Carnaval	Elaboração dos fatos carnavalescos e máscaras; Decoração da Instituição alusivo a época carnavalesca; Organização de um desfile interno com colaboradores e Utentes.	Fevereiro (Data a definir)	➢ Estimular a destreza manual e a motricidade fina; ➢ Desenvolver a capacidade lúdica; ➢ Incrementar a participação ativa dos idosos; ➢ Fomentar o convívio entre os idosos e funcionários.
Comemoração do carnaval	Baile de Carnaval do Grupo Interinstitucional.	Em Fevereiro (a definir, no plano de atividades do núcleo das IPSS´S)	➢ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; ➢ Contrariar o desenraizamento social dos idosos; ➢ Promover o convívio e o bem-estar.
Celebração do Dia dos Namorados	Elaboração de trabalhos, alusivos à Amizade e ao Amor.	14 de Fevereiro (Quinta-feira)	➢ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; ➢ Estimular as capacidades técnico-manuais dos idosos; ➢ Estimular a criatividade e imaginação.
A Rádio vem ao CBESA	Trazer a Rádio Canção Nova a vir "A Nossa Casa" realizar uma transmissão em Direto.	Fevereiro (Data a definir)	➢ Proporcionar ao Utente novas experiências; ➢ Desenvolver a capacidade de comunicar e exprimir opiniões publicamente; ➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.

Comemoração do Dia Internacional da Mulher	Entrega de lembranças a todas as mulheres (utentes e colaboradores) da ERPI.	8 de Março (Sexta-feira)	➢ Estimular o trabalho em equipa; ➢ Promover o diálogo e a troca de opiniões; ➢ Aproximar os idosos. ➢ Promover o bem-estar e a auto estima.
Comemoração do Dia Mundial da Árvore	Preparativos para a chegada da Primavera; Elaboração de motivos primaveris para decorar a ERPI; Plantar uma árvore.	21 de Março (Quinta-feira)	➢ Estimular a precessão da diferenciar da nova estações do ano; ➢ Sensibilizar os idosos para as questões relacionadas com o ambiente; ➢ Promover a participação dos Utentes.
Comemoração do Dia Mundial do Teatro	Convite a uma entidade para a realização de uma peça de teatro (local a definir). Ou um grupo do Centro Educativo preparar uma peça para apresentar às restantes respostas sociais.	27 de Março (Quarta-feira)	➢ Proporcionar momentos de entretimento e intercâmbio de gerações diferentes; ➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Atividades alusivas à Pascoa	Elaboração de trabalhos e acessórios decorativos de Páscoa para decoração das salas: ❖ Decoração da Instituição; ❖ Visualização de um filme sobre a vida de Jesus.	Durante o mês de Março/Abril	➢ Estimular a memória dos Utentes relativos aos hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas do meio sociocultural que os mesmos estão inseridos; ➢ Estimular a participação dos Utentes em atividades criativas e recreativas; ➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Comemoração do Dia Mundial da Atividade Física	Realizar uma caminhada com todos os colaboradores.	6 de Abril (Sábado)	➢ Proporcionar aos colaboradores um dia descontraído e de convívio entre todos; ➢ Promover hábitos de vida saudável.
Dia da Liberdade	Elaborar trabalhos alusivos à "Revolução dos Cravos"; Convidar uma	Abril (Data a definir)	➢ Promover a cultura e desenvolver o raciocínio cognitivo; ➢ Valorizar as tradições e costumes; ➢ Proporcionar vivenciar o 25 de Abril que os mesmos tiveram.

	entidade, compreendida no tema para realizar um debate sobre o 25 de Abril de 1974 na ERPI.		
Dia Mundial da Dança	Solicitar a uma escola de dança que possa vir à ERPI fazer uma pequena exibição de dança, animando assim a nossa tarde.	29 de Abril (Segunda-feira)	➢ Proporcionar aos nossos utentes um dia diferente, cheia de música e de dança.
Comemoração das Aparições de Fátima	Visionamento de filme/documentário, sobre as aparições em Fátima	13 de Maio (Segunda-feira)	➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; ➢ Proporcionar um momento lúdico.
Dia Internacional das Famílias	Juntar os familiares dos nossos Utentes num lancho convívio na ERPI, com animação musical.	15 de Maio (Quarta-feira)	➢ Estimular e permitir as relações interpessoais; ➢ Promover a socialização.
O CBESA vai à praia	Passeio convívio com as várias respostas sociais do CBESA à praia da Areia Branca.	23 de Maio (Quinta-feira)	➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Baile de Verão	Baile de Verão do Grupo Interinstitucional.	Em Junho (a definir, no plano de atividades do núcleo das IPSS´S)	➢ Promover a socialização de Utentes das várias instituições do núcleo; ➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Dia Internacional do Piquenique	Convívio com as várias respostas sociais do CBESA num Parque Natural.	18 de Junho (Terça-feira)	➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Arraial dos Santos Populares e Aniversário do CBESA, no Centro Educativo	Convívio com as várias respostas sociais do CBESA.	15 de Junho (Sábado)	➢ Promover a socialização; ➢ Envolver a comunidade em geral, no processo de integração social dos nossos utentes.
Comemoração do dia dos Avós	Os Netos levam os Avós à Discoteca.	26 de Julho (Sexta-feira)	➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Ida à Praia	Passeio convívio com as várias	Setembro (data a	➢ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.

	respostas sociais do CBESA.	definir)	
Sessão fotográfica com os Idosos	Trazem um fotógrafo ao CBESA, que proporcione aos nossos Utentes um momento diferente e criativo.	Setembro (data a definir)	➢ Aumentar a autoestima das pessoas idosas e difundir uma imagem positiva das mesmas.
Dia Internacional do Idoso	Realizar uma tarde animada, para os Idosos do CBESA com a participação dos Palhaços d` Opital, na ERPI.	1 de Outubro (Terça-feira)	➢ Promover a socialização; ➢ Proporcionar o convívio com outros Utentes de outras Instituições.
Festa das Sopas, no Hospital do CBESA	Convívio entre a População envolvente do CBESA (Utentes, Familiares e Comunidade).	12 de Outubro (Sábado)	➢ Promover o convívio entre os Utentes e a Comunidade; ➢ Promover a socialização; ➢ Envolver a comunidade em geral, no processo de integração social dos nossos utentes.
Dia de São Martinho, na ERPI	Tarde animada na ERPI, com todas as respostas sociais.	12 de Novembro (Terça-feira)	➢ Proporcionar um momento de convívio entre os Utentes e os seus familiares; ➢ Promover uma tarde diferente das habituais.
Natal	Atividade a realizar na ERPI; Lançamento do Livro, relativo às memórias dos Utentes; Exposição fotográfica.	20 de Dezembro (Sexta-feira)	➢ Promover o diálogo e a troca de opiniões; ➢ Revisitar as vivências e experiências adquiridas ao longo da vida; ➢ Promover a interação e a coesão grupal. ➢ Proporcionar bem-estar, o convívio e o contacto entre utentes, familiares e funcionários; ➢ Proporcionar momentos lúdicos; ➢ Estabelecer a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa; ➢ Fomentar o sentimento de pertença a um grupo. ➢ Promover a troca de experiências.

Orçamento

De seguida é apresentada a tabela do orçamento, onde consta o material que irá ser necessário bem como os valores para a realização das atividades.

Descrição	Orçamento
Material de desgaste	300€
Coluna portátil por bluetooth (Worten)	34,99€
PEN USB ADATA 32GB (Worten)	12,99€
Tablet (Worten)	140€
Atividades Interinstitucionais (realizadas com o núcleo de animação)	80€
Passeios e visitas realizadas em conjunto com as respostas sociais do CBESA (apenas CD e ERPI)	320€

Técnica Superior de Animação Sociocultural - Dr.ª Maria de Lurdes Monteiro

Técnica Superior de Educação Social - Dr.ª Patrícia Domingos

PLANO DE AÇÃO DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD)

O Serviço de Apoio Domiciliário tem como objetivo promover uma diversidade de serviços, valorizando a permanência do utente na sua habitação, reconhecendo-se deste modo, a sua importância. E por isso, é um serviço que possibilita também, a preservação das relações familiares; onde se destaca a importância relevante do apoio prestado pelos cuidadores informais.

Não se pode esquecer, que cada vez mais, o futuro passará por manter o idoso no seu domicílio e que essa responsabilidade não poderá apenas, passar pela rede de cuidados familiares mas também, com o auxílio de serviços de apoio ao domicílio. Estes devem de ser cada vez mais especializados e rigorosos no desempenho do seu papel, garantindo a satisfação das suas necessidades e promovendo a qualidade de serviços.

Desta forma, é preocupação do CBESA, e em particular, do serviço de apoio domiciliário, enquanto resposta social que atua no terreno, ser estruturada de modo a responder a um leque variado de problemas, apoiando o idoso/utente, independentemente da natureza do problema.

Ao longo dos anos, este serviço tem ganho relevância, não só por proporcionar a permanência dos utentes em suas casas, mas também, dado à oferta de serviços, que disponibiliza aos utentes. Antigamente, a oferta de serviços era muito limitada e cingia-se sobretudo aos cuidados de higiene e conforto pessoal e fornecimento de alimentação. Daí a necessidade de MUDAR O MODELO, para uma alternativa que permita maior independência e escolha dos utentes. Desde essa altura, tem-se vindo a tentar que este serviço seja um serviço de excelência, apostando no bem-estar físico, psíquico e social dos nossos utentes.

Desde Junho do corrente ano, tem-se aproveitado o quadro técnico diversificado que temos vindo a ter, para contribuir para a promoção de novos serviços ao domicílio, nomeadamente, o serviço de fisioterapia e de psicologia. Desta forma considera-se que a psicologia tem como objetivo intervir maioritariamente na população idosa, em situações de risco e de perda e para o efeito, a psicologia, não se centra única e exclusivamente na patologia e na personalidade, mas sim em alcançar uma visão global e abrangente da pessoa e das redes de suporte pessoal e familiar,

trabalhando aspetos positivos. Deste modo, temos uma psicóloga a fazer Estágio Profissional para a Ordem dos Psicólogos, com a duração de 9 meses, tendo este iniciado em Junho do corrente ano e com término no início de Março de 2019.

Pretendemos com este novo serviço de Psicologia, promover a autonomia e a independência através da satisfação das necessidades dos utentes; combater o sentimento de solidão emocional e desamparo; bem como, auxiliar os familiares/cuidadores (formais e informais) a gerir situações difíceis para eles, enquanto elementos importantes no processo.

O objetivo deste Plano de Ação é descrever ações e atividades a desenvolver durante o ano de 2019, tendo em conta os serviços que presta e as atividades que perspetiva para o próximo ano. A execução dessas atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar a sua normal prossecução, pelo que, ao longo do ano, poderão ocorrer algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades, provenientes de parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais ou informais.

Frequência

Atualmente o Serviço de Apoio Domiciliário tem capacidade para 60 utentes, dos quais apenas 30 têm acordo com o Instituto de Segurança Social, sendo 12 utentes comparticipados aos sete dias da semana.

De momento, temos uma frequência de 38 utentes no apoio.

Objetivos

Na prestação deste serviço aos utentes estão subjacentes vários objetivos a concretizar:

1. Proporcionar serviços permanentes e adequados à satisfação das necessidades dos utentes;
2. Promover as Boas Práticas de Ética e Deontologia Profissional, assim como, uma cultura de respeito pela privacidade, dignidade e autonomia da pessoa idosa;

3. Contribuir para o normal desenvolvimento do processo de envelhecimento e evitar a sua degradação, prestando serviços de qualidade;
4. Prestar os apoios necessários às famílias dos idosos no sentido de fortalecer a relação intrafamiliar e preservar os laços familiares;
5. Criar condições que permitam preservar e incentivar as relações inter-familiares;
6. Minorar situações de isolamento e solidão;
7. Otimizar e compreender as funções cognitivas, as necessidades, as expectativas e as motivações dos idosos.

Serviços prestados

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

a) **Fornecimento e distribuição de refeições**, respeitando as dietas prescritas pelo médico;
b) **Cuidados de higiene e conforto pessoal,** respeitando sempre a intimidade do utente e estimulando-o na execução das tarefas de forma, a incentivá-lo na autonomização e participação das atividades da vida diária (AVD´s);
c) **Higiene habitacional,** estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
d) **Tratamento de roupas,** do uso pessoal do utente;
e) **Teleassistência,** Protocolo com a Cruz Vermelha, aproximando os recursos e a emergência em caso de situações de quedas no domicílio, por exemplo;
f) **Apoio psicológico,** acompanhamento individualizado ou extensível ao cuidador informal (família);
g) **Cuidados de enfermagem**, assegurando cuidados primários, bem como, pensos e tratamentos de úlceras de pressão;
h) **Atividades de animação, lazer e passeios;**
i) **Fisioterapia,** proporcionar aos utentes do domicílio, vítimas de situações adversas, os tratamentos necessários à sua reabilitação;
j) **Cabeleireiro, manicure e pédicure**, proporcionar autoestima dos utentes.

Formação dos Recursos Humanos

Os recursos humanos/colaboradores do SAD, são uma das partes integrantes da Instituição, são a base do sucesso e pilares estruturantes pelo que teremos redobrado grau de atenção para com a sua motivação e bem-estar.

O elevado nível de exigência por parte dos utentes e seus familiares, leva-nos a procurar métodos e técnicas de gestão para fomentarmos a prestação do melhor serviço. Apesar da evolução, ainda temos muito para implementar, para testar e avaliar, para se conseguir a satisfação plena dos utentes, familiares mas também das colaboradoras. Este é um equilíbrio difícil, mas satisfatório quando conseguimos atingir um determinado objetivo por mais pequeno que nos possa parecer.

Continuará a ser prioridade desta Instituição promover a formação de profissionais, de forma a disporem de mais conhecimento e sensibilização, necessários ao bom desenvolvimento de ações de apoio social destinados a idosos. Dando continuidade ao apoio social que presta, pretende-se apostar na qualidade dos serviços.

Objetivo Geral:

- Desenvolver competências para lidar com situações de conflito minimizando as suas consequências negativas sobre a vida pessoal, familiar, social e profissional.

Objetivo Específico:

- Desenvolver competências comunicacionais;
- Identificar tipos e fontes de conflito;
- Identificar diferentes formas de lidar com os conflitos;
- Desenvolver competências de resolução de conflitos.

Avaliação de desempenho

Importa ainda acrescentar que está a ser implementado na Instituição desde o corrente ano, um sistema de avaliação de desempenho, com o apoio de uma Empresa externa, credibilizada para o efeito. Foram realizadas reuniões de trabalho, não só para dirigentes, como também, para diretoras técnicas e colaboradoras dos diversos

sectores/respostas sociais. A implementação do sistema de avaliação de desempenho, será testado no primeiro trimestre do ano 2019.

Estimular e incentivar o crescimento profissional e o desenvolvimento de novas competências;

Autoavaliação do seu desempenho.

O novo ano será com certeza, um ano desafiador, dado que perspectivamos alguns desafios, em termos financeiros que teremos de dar resposta, desde logo o aumento do salário mínimo nacional.

Desafios

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 da Instituição.

Projeto 1

Desta forma surge a necessidade de implementar um **Novo Projeto,** designado "**Cozinha da Avó"**. Este tem como finalidade a criação de um caderno de receitas da Avó.

O objetivo fundamental, deste projeto, é manter vivas as tradições gastronómicas das nossas Avós; promovendo a coesão familiar e grupal, através de um convívio intergeracional. Bem como, o intuito de recolher o máximo de receitas antigas e passar o testemunho às gerações mais novas, de forma a não perder as memórias e recordações das "Nossas Avós".

A planificação desta atividade decorrerá, uma vez por semana, no domicílio do utente pedindo a colaboração da família, dos netos e/ou na ausência e inexistência dos mesmos, a colaboração das crianças do Jardim de Infância.

No dia 26 de Julho, comemoração "Dia dos Avós", será distribuído por cada utente, aos seus netos, um caderno com as suas próprias receitas, costumes e tradições.

Projeto 2

Aproveitando os recursos humanos que temos, e dado à necessidade de um leque de serviços diferenciados, o serviço de apoio domiciliário, está a implementar **um Novo Projeto**, designado **"Bem-Me-Quero"**, que tem como finalidade, proporcionar aos utentes com maiores dificuldades de mobilidade ou por situações de incapacidade temporária, levar o serviço de cabeleireiro, pédicure e manicure ao domicílio de cada um, uma vez por mês.

O objetivo principal é de certa forma, manter a autoestima dos nossos utentes possibilitando a ida do cabeleireiro a sua casa, e proporcionar um dia diferente das suas rotinas diárias. Este serviço não tem qualquer acréscimo no valor da mensalidade dos utentes.

Quem irá executar estas funções, será uma funcionária do apoio domiciliário, que tem formação nesta área, uma vez por mês, dedicar-se-á à aparência física e aos cuidados de imagem.

No que diz respeito aos utensílios utilizados pela funcionária, a Instituição teria apenas o encargo de os adquirir, nomeadamente, escovas de cabelo, secador, limas, alicate, tesoura, verniz, batom, pinça.

Plano de Ação:

Partindo do pressuposto que os idosos constituem um grupo social de risco, dada à precariedade das suas condições económicas e a impossibilidade de acederem a bens e serviços considerados fundamentais, não esquecendo a salvaguarda dos direitos e a afirmação da sua imagem positiva na sociedade, importa apostar em iniciativas que promovam o envelhecimento ativo, tendo presente, por um lado, aquilo que são as suas reais necessidades ao nível bio-psico-social, e por outro, os recursos humanos e matérias disponíveis tanto na instituição como no meio envolvente.

Neste sentido, e com o objetivo de otimizar e potenciar recursos vai-se proceder à articulação de atividades conjuntas com a Residência para idosos.

A execução dessas atividades poderá ser influenciada por fatores externos e internos suscetíveis de condicionar a sua normal prossecução 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 de parcerias estabelecidas com a comunidade, quer formais ou informais.

É de salientar que existe um plano de ação lúdicas, comum, a todas as respostas sociais, de forma, a proporcionar uma maior diversidade e amplitude de extensão aos utentes que estão no domicílio.

1. Quadro de Ações Lúdicas do Apoio Domiciliário

Ações Lúdicas-recreativas e culturais	Objetivos	Local	Cronograma
Dia do Aniversário	Celebração do dia de aniversário. Promover festas de aniversário no domicílio dos idosos. Confecionar um bolo e levá-lo ao domicílio de cada utente. Estimular a participação.	Domicílio do Idoso	Janeiro a Dezembro
Comemoração do Dia do Pai	Aproximação com a família.	Domicílio do Idoso	19 Março
Festa da Páscoa	Proporcionar um momento de reflexão espiritual e religioso aos idosos – Celebração da Missa.	Igreja - A definir com o Padre	Abril
Comemoração do Dia da Mãe	Aproximação com a família.	Domicílio do Idoso	3 Maio
Dia dos Avós	Realização do **projeto 1** "Cozinha da Avó". Estreitar laços entre avós e netos.	A definir	26 Julho
Comemoração do Dia do Idoso	Valorizar a velhice e promover um envelhecimento ativo e saudável.	A definir	1 Outubro
Dia de Todos os Santos	Relembrar tempos antigos, costumes e manter hábitos presentes. Entrega de broas.	Domicílio do idoso	1 Novembro
Magusto	Reviver a tradição do Magusto; partilha e convívio entre funcionários e idosos.	Lanche no CBESA	12 Novembro
Ações de sensibilização/formação/ workshop	Organizar e promover sessões temáticas: Luto, Alzheimer, hipertensão, diabetes, alimentação, osteoporose. Promoção da saúde e prevenção de doenças.	CBESA	A definir

	Rastreios diversos.		
Festa de Natal	Reforçar laços afetivos com familiares. Promover o sentimento de união e amor entre idosos e familiares. Convívio entre idosos e familiares.	CBESA	20 Dezembro

Ações de Intervenção	Objetivos	Local	Cronograma
Atendimento a utentes e familiares	Atendimento/acolhimento e informação às pessoas carenciadas. Orientação e acompanhamento das situações. Avaliação/diagnóstico das situações.	CBESA/Domicílio do Idoso	Todo o ano
Prestar serviços de qualidade aos utentes	Assegurar e promover AVD, bem como, identificar situações de cuidados de saúde e estabelecer contactos com os familiares, responsáveis ou entidades de saúde.	Domicílio do Idoso	Todo o ano
Animação/Socialização	Promover festas de aniversário no domicílio dos utentes.	Todo o ano	Todo o ano
Projeto 2 "Bem-Me-Quero"	Melhorar autoestima dos utentes. Promover a coesão familiar e grupal.	Domicílio do Idoso	Todo o ano

2. Quadro de Ação: Objetivos e Metas do SAD

Objetivo Estratégico	**Aumentar o grau de satisfação das Partes Interessadas**						
Objetivos operacionais	Indicadores	Metas	Fonte	Atividades Estratégias	Recursos a Envolver		
					Humanos	Materiais Logísticos	Financeiros
Aumentar a capacidade de resposta para cuidados de higiene pessoal e higiene habitacional	% de solicitações cumpridas	80%	Contratos de prestação de serviços; Adendas aos Contratos de prestação de serviços; Planos individuais de Cuidados.	Levantamento das necessidades dos utentes; Renegociação de serviços; Planificação das rotas e organização dos serviços.	Direção Técnica Diretora Geral	Transporte; Telefone; Equipamento informático.	Não aplicável
Criar serviços complementares de apoio ao SAD	Nº de utentes	≥ 20	Contratos de prestação de serviços	1) Fisioterapia ao domicílio; 2) Cuidados de enfermagem ao domicílio; 3) Psicóloga;	Fisioterapeuta comum às respostas sociais ERPI e SAD - % ; Enfermeira imputada ao SAD a %; Psicóloga.	Viatura do SAD	1) 2) 3)
Aumentar a capacidade do acordo de cooperação com o ISS	Nº de utentes abrangidos pelo acordo	≥ 10 utentes aos 7 dias da semana	Acordo de cooperação com o ISS	Prestar todos os serviços contratualizados; Responder atempadamente a todos os pedidos; Solicitar o pedido de renovação do Acordo	Equipa Multidisciplinar	Transporte; Equipamento informático.	Rendimento estimativo
Adquirir equipamento de	Nº de peças adquiridas	20 cestos; 30 termos	Requisição de	Levantamento das	Peças adquiridas	Equipamento	Propostas pedidas;

cozinha		de sólidos e líquidos; 20 Borrachas de vedação dos termos sólidos.	material	necessidades do SAD		informático	Aguardo orçamentos.
Adquirir materiais de equipamento de Proteção Individual	Nº de peças adquiridas	36 camisolas polares; 36 calças; 36 fardas;	Registos individuais de EPI	Ações de levantamento dos tamanhos; Adjudicação das propostas; Aplicação de novos EPI´s.	Direção técnica, Diretora Geral; Membros da Direção;	EPI´s: Equipamento informático.	Propostas pedidas; Aguardo orçamentos.
Melhorar o grau de autonomia funcional do utente	% de utentes que melhoraram o estado funcional	Reduzir 10 % o número de dependentes nas AVD´s.	Escala de Barthel	Sessões regulares de fisioterapia no domicílio do utente.	Fisioterapeuta Direção técnica	Equipamento de reabilitação; Andarilho; Pedaleira;	Não aplicável, pois já temos o material necessário para a realização das tarefas.
Melhorar a Qualidade do serviço prestado pelo SAD	% dos utentes satisfeitos	Aumentar os níveis de satisfação	Questionários de Satisfação das necessidades do SAD	Resultados dos questionários aplicáveis ao serviço de SAD	Direção técnica; Psicóloga; Utentes; Familiares	Papel; Equipamento informático.	Não aplicável
Consolidar e reforçar o serviço de animação e socialização	Taxa de participação dos utentes de SAD em atividades lúdicas	5 utentes a usufruir do serviço de animação	Registos de presenças dos participantes nas atividades lúdicas	Divulgar junto dos utentes/ familiares, o plano de anual de atividades lúdicas; Planificar as atividades de acordo com os AVD´S de cada utente; Convidar os utentes do SAD para as atividades socioculturais	Direção técnica; Psicóloga; Utentes; Familiares	Transporte	Não aplicável

				a realizar no ERPI.			
Reforçar a participação dos utentes em atividades intergeracionais	Taxa de participação dos utentes em atividades intergeracionais	% de utentes	Registo de presenças em atividades comemorativas: "Dia dos Avós"	Motivar a participação das crianças e reajustar a logística de modo a facilitar a participação das mesmas; Sensibilizar os utentes/ familiares para a prossecução dessas atividades.	Direção técnica; Psicóloga; Utentes; Familiares	Transporte	Não aplicável

Para o melhor desenvolvimento das nossas atividades considera-se importante adquirir o seguinte material:

- 1 Carro de manutenção e limpeza, modelo 350 NY 350, no valor de 169,13€;
- 1 Saco Carro de Limpeza 120 lt, no valor de 35,37€.

Diretora Técnica
Dr.ª Ana Carla Gonçalves

CRECHE, JARDIM DE INFÂNCIA E CATL

2017/18

2018/19

2019/20

1. Introdução

O Centro de Bem Estar Social de Alcanena, nas suas respostas sociais de Creche, Jardim de Infância e CATL, tem como princípio básico orientador da sua ação o respeito absoluto por cada criança, enquanto ser único, em formação pessoal e social.

Achamos que educar é promover um desenvolvimento global harmonioso, procurando estimular todo o potencial humano e todas as capacidades de cada criança. Dessa forma, a equipa desta resposta social tem que assumir uma postura de forma a promover uma resposta organizada, complementar e integral. O Projeto Educativo explana e fundamenta a filosofia e a linha de ação assumida por todos os agentes educativos, como previsto em Dec./ Lei 137/2012 de 2 de Julho e assim como no Dec. /Lei nº 75/2008 de 22 de Abril, art.º 9º,nº 1,alínea a): "Projeto Educativo – o documento que consagra a orientação educativa da escola, elaborado e aprovado pelos seus órgãos de administração e gestão para um horizonte de três anos, no qual se explicitem os princípios, os valores, as metas e as estratégias que segundo as quais a escola se propõe cumprir a sua função educativa." Pretende-se que este documento seja efetivamente um documento orientador de trabalho, assumindo um caráter de comunicação entre os vários parceiros educativos. "*A autonomia da escola concretiza-se na elaboração de um projeto educativo próprio, constituído e executado de forma participada, dentro de princípios de responsabilização dos vários intervenientes na vida escolar e de adequação às características e recursos da comunidade em que se insere*" (Decreto-Lei n.º 43/89, de 3 de fevereiro). O Projeto Educativo da Instituição trata-se de um documento orientador da prática educativa espelhando a sua identidade e autonomia, construídas pela consciência progressiva de um processo que se pretende inovar no futuro.

Concomitantemente, são definidas as linhas orientadoras para a elaboração do Plano Anual de Ação, Projetos Curriculares e Pedagógicos de Sala e o Relatório Anual de atividades.

O presente Projeto Educativo foi elaborado para o triénio 2017-2020.

2. Enquadramento Legal

A Creche, Jardim de Infância e CATL são respostas sociais da Instituição Particular de Solidariedade Social, Centro de Bem Estar Social de Alcanena, cujos Estatutos são regulados pelo Decreto-lei nº 119/83, de 25 de Setembro, atualizado pela Portaria nº 139/2007 de 29 de Janeiro.

A Creche tem como entidade responsável pelo seu acompanhamento o Ministério da Segurança Social, através do Centro Distrital de Segurança Social de Santarém. Tem como referência legal os Guiões Técnicos da Direção Geral e Ação Social, de 1996, e mais recentemente, as normas de Gestão de Qualidade, editadas pelo Instituto da Segurança Social, I.P., de 2005.

No que diz respeito ao Jardim de Infância, é acompanhado conjuntamente pelos Ministérios da Educação e da Segurança Social, tendo como referência legal a Lei-quadro da Educação Pré-escolar, Lei nº 5/97, de 10 de Fevereiro.

O CATL é uma resposta social que tem como referência legal o Despacho Normativo 96/89.

3. Estrutura Organizacional e Funcional

3.1. Elementos Humanos

O trabalho é desenvolvido por uma equipa multidisciplinar, nomeadamente de educadores de infância, ajudantes de ação educativa, cozinheira, auxiliares de cozinha e trabalhadoras auxiliares com formação apropriada, inovadora, dinâmica e reflexiva.

Categoria	Nº de funcionários	Tipo de Vinculo
Diretora	1	Do quadro
Educadoras de Infância	6	Do quadro
Ajudante de ação educativa	10	Do quadro
Cozinheira	1	Do quadro
Auxiliares de Cozinha	1	Do quadro

Empregada Auxiliar	5	Do quadro
Motorista	1	Do quadro
Administrativo	3*	Do quadro

* Comuns a outras respostas sociais da Instituição.

3.2. Órgãos de Gestão

A Instituição tem como órgão de gestão a Direção, eleita de entre os sócios por um período de quatro anos. Conta ainda com um Conselho Fiscal, composto por três elementos e uma Assembleia Geral, composta também por três elementos, ambos também eleitos.

3.3. A Direção é composta por sete elementos, sendo:

- 1 Presidente da Direção;
- 1 Vice-presidente de Direção;
- 1 Secretário;
- 1 Tesoureiro;
- 3 Vogais.

No que diz respeito à Direção Técnica e Pedagógica da Creche, do Jardim de Infância e do CATL, ela é assegurada por uma funcionária da Instituição, com formação em Psicologia área clínica.

3.4. Frequência

A Creche do Centro de Bem Estar Social de Alcanena tem capacidade para acolher diariamente 66 crianças. No entanto, o Acordo de Cooperação assinado entre a Instituição e a Segurança Social, Centro Distrital de Santarém, abrange apenas 47 crianças.

No que diz respeito à resposta social de Jardim de Infância, a capacidade das três salas é de 75, no total. No entanto, nos últimos anos tem-se verificado um decréscimo na frequência de crianças nesta resposta social, razão pela qual o Acordo de Cooperação com a Segurança Social abrange atualmente apenas 57 crianças.

Ao nível do CATL, a capacidade da sala é de 33 crianças, encontrando-se preenchida e com lista de espera. Nesta resposta social o número de crianças com acordo com a Segurança Social é de 12.

3.5. Constituição dos Grupos

Os sete grupos de crianças que constituem as salas de Creche e de Jardim de Infância são constituídos respeitando as normas em vigor, nomeadamente os Guiões Técnicos da direção de Ação Social, no caso da Creche, e pela Lei-Quadro da Educação Pré-Escolar, no caos do Jardim de Infância.

Os grupos são constituídos por idades, tentando-se criar grupos o mais homogéneos possível em termos de idades, assim como no que diz respeito ao seu desenvolvimento, porque nos parece que assim podemos permitir à educadora de cada sala um trabalho muito mais adaptado às especificidades do seu grupo, ao mesmo tempo que as próprias crianças se sentem integradas num grupo com o qual têm uma maior grau de identificação, tanto ao nível do seu desenvolvimento, como dos interesses comuns.

Ao nível da resposta social de CATL, a faixa etária é dos 6 aos 12 anos, tendo prioridade as crianças com irmão(s) na Creche ou Jardim de Infância, ou crianças que tenham frequentado o Jardim de Infância no ano anterior.

4. Desenvolvimento Curricular

4.1. Organização do Ambiente Educativo

A Creche e o Jardim de Infância funcionam num edifício construído de raiz para este efeito. Dispõe:

- Espaço ao ar livre;
- Recreio de Creche, equipado;
- Recreio de Jardim de Infância, equipado;
- Quatro salas de Creche;
- Três salas de Jardim de Infância;
- Uma cozinha;
- Um refeitório para crianças;

- Um refeitório para funcionários;
- Uma lavandaria;
- Uma despensa de frios;
- Uma despensa de géneros;
- Um vestiário e balneário para funcionários;
- Três instalações sanitárias para crianças;
- Uma copa de leites;
- Um gabinete de direção;
- Um gabinete de apoio;
- Uma arrecadação para material pedagógico no interior;
- Uma arrecadação para material pedagógico e outro no exterior;
- Dois espaços de utilização comum (cúpula da Creche e cúpula do Jardim);
- Uma carrinha para transporte das crianças, comum a outras respostas sociais da Instituição.

A sala da resposta social CATL dispõem de:

- Uma sala de CATL;
- Duas casas de banho;
- Um hall;
- Uma sala de brincadeiras do CATL.

O CBESA promove atividades letivas diversificadas com vista a preparar as crianças para os desafios atuais e futuros, de caráter cultural, social e tecnológico, contribuindo para formar cidadãos responsáveis, autónomos e interventores. Subjacentes nas Áreas de Desenvolvimento da Criança, de acordo com o Manual da Qualidade da Creche, definidas pela Segurança Social para Creche, e nas Metas de Aprendizagem na Educação Pré-Escolar definidas pelo Ministério da Educação para o Jardim de Infância.

❖ Horário das Atividades

O horário normal de funcionamento das atividades é entre as 09h30 e as 17h30. O horário letivo funciona das 9h30 às 12h e das 15h às 17h30. O horário da componente de apoio à família funciona das 7h30m às 9h30m, das 12h às 15h e das 17h30 às 19h.

❖ Atividades Diferenciadas

São desenvolvidas, por professores especializados e em conjunto com as educadoras, as atividades de:

- Música – para as crianças do Jardim de Infância;
- Inglês – para as crianças do Jardim de Infância;
- Ginástica – para as crianças de Creche, com 2 anos, e Jardim de Infância;
- Natação, para as crianças de 5 anos.

5. Relação com as Famílias e Comunidade

"A educação pré-escolar é a primeira etapa da educação básica no processo de educação ao longo da vida, sendo complementar da ação educativa da família, com a qual deve estabelecer estreita relação, favorecendo a formação e o desenvolvimento equilibrado da criança, tendo em vista, a sua plena inserção na sociedade como ser autónomo, livre e solidário"

In orientações curriculares para educação pré-escolar

Na educação de cada criança, temos sempre que ter em conta dos dois contextos em que esta se insere – escola e família. Por isso, é que a relação com as famílias tem que ser de proximidade, pois só assim podemos adequar o processo de educar a cada criança.

A relação com cada família pressupõe que os pais, assim como os adultos da Instituição são co-aducadores da mesma criança e essa relação deve, do nosso ponto de vista, ser centrada na própria criança, promovendo uma permanente troca de informação sobre ela, quer por parte dos pais, quer por parte da Creche, do Jardim de Infância ou CATL.

Temos como filosofia subjacente ao nosso trabalho, a complementaridade das ações educativas, por parte da família e da escola e tentamos assegurar uma saudável comunicação entre ambas, respeitando os valores próprios de cada família e a sua singularidade.

Achamos que a colaboração dos pais e de outros membros da comunidade, nomeadamente o contributo dos seus saberes e competências para o trabalho educativo com as crianças é um meio privilegiado de alargar e enriquecer as aprendizagens, que se querem o mais abrangente possível.

A comunicação com os pais é promovida especialmente nos contactos diários e informais, mas também no âmbito de reuniões agendadas. Esta troca de informações e conhecimentos permite conhecer as expectativas educativas da família e esclarecê-la quanto ao processo educativo a desenvolver com o grupo, eventualmente, participar em situações educativas planeadas pelo educador para o grupo.

Sempre que os pais ou familiares manifestem a possibilidade de poderem contribuir de alguma forma para o Projeto Educativo em curso, nomeadamente, trazendo sugestões, partilhando saberes, conhecimentos ou tradições, serão sempre tidos em conta como parte integrante do Projeto Educativo. Essa disponibilidade será valorizada e estimulada, e articulada no decorrer do Projeto Pedagógico/Curricular da sala ou com o Projeto Educativo da Instituição.

6. O nosso Projeto

A criança desde cedo que, através da interação com a família e com a comunidade, aprende valores e atitudes. Torna-se então importante que se dê continuidade a essas aprendizagens em contexto mais formal, como é o caso da Creche e do Jardim de Infância, e que se proporcionem condições a que essas capacidades se desenvolvam no sentido de se tornarem perduráveis. Isto é, que façam parte de cada criança como sendo duradouras e parte da sua personalidade como Ser em comunidade. Assim sendo, e como ponto de partida, torna-se fundamental definir linhas orientadoras e metas a atingir, tendo em consideração a missão valores e visão defendidos pelo CBESA.

6.1. Princípios Orientadores e Principais Objetivos Institucionais

Missão: O Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA) tem como Missão desenvolver a sua intervenção na área social, educação e saúde, melhorando o bem-estar e condições de vida da população, promovendo a solidariedade, a qualidade de vida e a dignidade humana. Esta missão é desenvolvida por cerca de 137 trabalhadores que desempenham com profissionalismo as diferentes atividades que compõem o seu dia-a-dia de trabalho.

Visão: Instituição de referência e reconhecida pela qualidade dos seus serviços, baseada no trabalho de equipa e numa gestão sustentável, orientada para a inclusão social consolidando as respostas sociais atuando de uma forma proactiva às necessidades emergentes da comunidade.

Valores: O Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA) rege-se sob os seguintes valores:

- Solidariedade;
- Ética;
- Responsabilidade Social;
- Honestidade;
- Eficácia;
- Eficiência;
- Inovação;
- Diálogo;
- Dedicação;
- Cooperação;
- Profissionalismo;
- Sustentabilidade.

O CBESA é uma Instituição aberta à comunidade envolvente, com uma vasta gama de projetos em curso agindo como uma entidade promotora e parceira de diferentes Instituições e Organismos:

- CLAS – Conselho Local de Acão Social (Rede Social);
- CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens do Concelho de Alcanena;
- CMS – Conselho Municipal de Segurança;
- NACJR – Núcleo de Apoio a Crianças e Jovens em Risco;
- EMIVA – Equipa Municipal de Intervenção de Violência de Alcanena;
- Programa de Emergência Alimentar (Ministério da Solidariedade e Segurança Social);
- FEAC – Fundo Europeu de Auxílio a Carenciadas;
- Projetos Sociais de Apoio e Inserção em parceria com o ISS,IP – Centro Distrital de Santarém, Câmara Municipal, Juntas de Freguesia e IPSS's do Concelho de Alcanena e da região.

6.2. Princípios Educativos

No que respeita ao setor da infância, a Instituição, tem como objetivo primordial formar cidadãos ativos e conscientes, dotados de competências pessoais e sociais distintas, tendo subjacente que cada criança possui características, capacidades, interesses, motivações e histórias de vida próprias. Assim sendo, pretendemos proporcionar a cada criança uma formação integral e diferenciada, tendo em consideração saber fazer, saber ser e saber viver. Pretendemos que o processo de ensino-aprendizagem seja sentido como uma experiência positiva, inovadora e potenciadora de criatividade, associada aos valores de vivência em comunidade. Desta forma, pretendemos que as crianças adquiram o sentido de responsabilidade, da liberdade, da disciplina, do respeito, da persistência, da tolerância para com o outro e da solidariedade. Respeitando a individualidade de cada criança e os seus interesses, pretendemos educar para a tolerância, assim como descobrir significado da palavra solidariedade, de interesse pelos outros e de fazer algo pelos outros, sejam eles quem forem. Pretendemos desenvolver o pensamento crítico, a criatividade, a comunicação, a autonomia e a colaboração, numa sociedade onde cada vez mais existe uma permanente necessidade de adaptação a coisas novas, à mudança, onde se torna essencial o desenvolvimento do sentido crítico e reflexivo, no sentido de potenciar o espírito proactivo, essencial para o futuro das nossas crianças.

6.2.1. Linhas de Ação/Objetivos Estratégicos

LINHAS DE AÇÃO

Objetivos	Objetivos Estratégicos
Famílias	
♦ Assumir como vetores fundamentais: a qualidade, o rigor e a exigência no serviço que presta à comunidade educativa.	♦ Realizar atividades com a participação das famílias; ♦ Conseguir a presença das famílias no atendimento individual; ♦ Obter a presença das famílias nas reuniões de pais.
Crianças	
♦ Contribuir para a igualdade de oportunidades no acesso à escola, centrando a ação educativa na aprendizagem globalizante das crianças.	♦ Realizar atividades que envolvam o recurso às novas tecnologias.
♦ Promover uma educação para todos numa perspetiva de sociedade cada vez mais inclusiva.	♦ Realizar reuniões com todos os técnicos e encarregados de educação das crianças com NEE.
♦ Proporcionar o bem-estar e desenvolvimento integral da criança num clima de segurança afetiva e física, durante o afastamento parcial do seu meio familiar através de um atendimento personalizado.	♦ Impulsionar cada vez mais, a segurança das crianças.
♦ Estimular o desenvolvimento global da criança no respeito pelas suas caraterísticas individuais valorizando o seu ímpeto exploratório e pensamento crítico.	♦ Promover atividades que favoreçam o pensamento crítico e o espirito de investigação.
♦ Incutir comportamentos que favoreçam aprendizagens significativas e diferenciadas.	♦ Realizar projetos, a partir dos seus interesses e motivações.
♦ Garantir que as crianças experimentem sentimentos de pertença à instituição num ambiente de liberdade e de responsabilidade que contribua para um clima escolar saudável.	♦ Realizar instrumentos de trabalho de sala que garantam o sentido de responsabilidade; ♦ Realizar eventos com as crianças em que as crianças têm um papel ativo na atividade.
Comunidade	
♦ Fomentar o espírito de	♦ Organizar atividades de cooperação e entre ajuda,

solidariedade, cooperação e entreajuda entre todos os membros da comunidade educativa/escolar.	com as outras respostas sociais da Instituição.
• Fomentar a inserção em grupos sociais diversos, no respeito pela pluralidade das culturas, favorecendo uma progressiva consciência como membro da sociedade.	• Promover atividades com as crianças focadas em aspetos multiculturais.
Intervenção em Projetos	
• Promover uma educação intercultural e inter-geracional transmitindo valores cívicos, espirituais e morais.	• Organizar atividades que promovam dinâmicas intergeracionais.

6.3. Metodologia

De forma a dar uma resposta a estes objetivos e estratégias adotaremos um currículo aberto e flexível. Para que nos permita desenvolver um modelo mais adequado às caraterísticas, necessidades e interesses individuais das nossas crianças.

7. Projetos a Desenvolver

Anualmente serão desenvolvidos os Projetos Pedagógicos/Curriculares, da responsabilidade da Educadora de cada sala, de acordo com as caraterísticas e especificidades do grupo. Nestes Projetos estarão previstos os objetivos específicos a atingir dentro de cada área de conteúdo, assim como as estratégias previstas para os atingir.

8. Parcerias/Protocolos

Temos como objetivo Institucional manter e sempre que possível ampliar as parcerias com serviços e instituições da comunidade, de forma a dar continuidade à participação em projetos de âmbito educativo e social. Os protocolos estabelecidos com instituições parceiras em que se promovem ações de formação e informação, são um recurso a dinamizar. Mantêm-se a parcerias com: Junta de Freguesia, Centro de

Saúde, Escolas de Formação Profissional, Intervenção Precoce, CPCJ, entre outros organismos locais e nacionais.

9. Divulgação

O Projeto Educativo, como documento que explicita a filosofia da Instituição no seu todo e em particular os seus princípios educativos, evidenciando a missão a visão e os valores pelos quais nos regemos, deverá ter ampla divulgação entre todos os órgãos e estruturas educativas. O documento em suporte de papel encontra-se acessível para consulta sempre que solicitado.

10. Plano Anual de Ação

Encontra-se em anexo.

11. Horário e Calendário Escolar

O Horário de funcionamento da Creche e do Jardim de Infância é:
Das 7h30m às 19h.

O Horário de funcionamento do CATL é:
Das 7h30 às 10h30, das 12h às 13h30 (período de almoço) e das 16h às 18h30 (conjugado com o horário escolar);
E na falta de professores e durante o período de férias escolares, funcionará das 7h30 às 18h30.

Em cada ano letivo estão previstos 2 dias de encerramento, para além do mês de Agosto. Dias 24 e 31 de Dezembro, dos respetivos anos.

12. Reuniões

Estão previstas as seguintes reuniões, promovidas pela Diretora Pedagógica:

- Reunião quinzenal com a equipa pedagógica – Educadoras de Infância;
- Reunião trimensal com a equipa de ajudantes de Ação Educativa;
- Reunião trimensal com equipas de limpeza e cozinha.

Estão previstas reuniões com os pais, da responsabilidade de cada Educadora e de acordo com as necessidades sentidas, sendo que pelo menos se devem realizar duas reuniões por sala:

- Uma no Primeiro Período do ano letivo, de forma a dar conhecimento do Projeto Pedagógico/Curricular de grupo e de outros assuntos importantes para o ano letivo;
- Uma no terceiro período para dar conhecimento do trabalho que foi realizado com o grupo e da sua respetiva evolução, e outros aspetos que a Educadora considere relevantes.

Sempre que julgue necessário, cada Educadora pode promover reunião de pais do seu grupo.

13. Avaliações

Estão previstas avaliações a níveis:

✹ Pela Diretora Pedagógica é realizada anualmente a Avaliação de Desempenho de todas as funcionárias da Creche, Jardim de Infância e CATL;

✹ Por todas as funcionárias, é realizada a autoavaliação do seu desempenho;

✹ Pelas Educadoras da Creche é realizada anualmente a avaliação do desenvolvimento de todas as crianças, com os respetivos registos;

✹ Pelas Educadoras do Jardim de Infância é realizada trimestralmente a avaliação de todas as crianças, com os respetivos registos;

✹ Pelas Educadoras de Infância, é avaliado anualmente o Projeto Pedagógico do ano em curso, sendo realizado o Relatório Final de Atividades de sala;

✹ É realizada a avaliação anual do decorrer do ano, com elaboração do respetivo relatório, pela Diretora pedagógica.

13.1. Avaliação do Projeto

A avaliação deste projeto compete à equipa do Serviço de Infância. No término deste projeto será feita a avaliação com base nos seguintes parâmetros:

- Conformidade do Plano Anual de Ação com o Projeto Educativo Institucional;

- Articulação do Projeto Educativo Institucional com os Projetos Curriculares e Projetos Pedagógicos de grupo;
- Grau de participação dos Encarregados de Educação na vida escolar dos utentes;
- Linhas de Ação/Objetivos/Objetivos Estratégicos: - Atingidos; - Não atingidos.

As avaliações de desempenho e dos vários projetos, quer educativos quer pedagógicos/curricular, têm sempre como objetivo a possibilidade de melhoria, quer ao nível de qualidade de trabalho, quer na organização das equipas e no trabalho inter-equipas.

Essa melhoria também é procurada na avaliação que cada educadora faz do seu trabalho e projeto pedagógico/curricular, podendo definir novas estratégias ou repensar e adaptar as que utilizou, para melhor poder atingir os seus objetivos.

É esta dinâmica "projeto – avaliação – novo projeto", que promove por parte de todos os colaboradores a vontade de alcançar e melhorar os objetivos a que nos propomos.

Plano de Ações

Calendarização	Atividades Previstas	Objetivos	Intervenientes
Setembro	♦ Receção às crianças: Primeiro dia de atividades assinalado em cada sala com atividades de escolha livre e jogos diversos; ♦ Momentos recreativos em grupo.	♦ Promover o acolhimento das novas crianças e a sua integração no grupo; ♦ Conhecer os diversos espaços da Instituição.	♦ Toda a equipa do CBESA; ♦ Crianças.
Setembro/ Outubro	Atividades diversificadas de livre expressão e comunicação, que permitam o conhecimento e a integração de cada criança no grupo. ↳Apresentação de histórias; ↳Conversas em grupo sobre temáticas espontaneamente introduzidas pelas crianças; ↳Processo de marcação de objetos pessoais (cabides,	♦ Conhecer os diversos elementos de cada grupo (relação criança/adulto e relações entre pares); ♦ Aprender a usar e explorar corretamente os materiais e equipamentos das salas de atividade e os restantes espaços; ♦ Adquirir e respeitar normas básicas de	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.

	pastas de arquivo de trabalhos).	segurança e hábitos de higiene, horários e rotinas específicas da organização educativa; • Promover atividades de autonomia e de responsabilização pelos materiais e objetos pessoais.	
22 Setembro – Início do Outono (ao longo da estação)	• Vivências associadas ao clima, suas mudanças e respetivos quadros de vida, mudanças de tempo observáveis em diversas partes do Planeta, nesta época, particularmente com a chegada do Outono; exploração de quadros de vida e outros conteúdos relacionados com os diversos climas; • Atividades de observação orientada e recolha de elementos naturais típicos da época.	• Ajudar as crianças a descobrir aspetos particulares do meio ambiente natural; • Observar, identificar e descrever as principais mudanças ocorridas no ambiente natural; • Associar as diversas atividades quotidianas às alterações do clima que vão ocorrendo; • Promover nas crianças o questionamento relativamente aos fenómenos naturais que ocorrem; • Conhecer e nomear as principais características do Outono – comparar com outras estações do ano; • Conhecer e nomear os principais frutos que se colhem nesta época do ano.	• Educadoras de JI; • Auxiliares de ação educativa de JI; • Educadoras e Auxiliares de ação educativa de Creche; • Crianças.
16 de Outubro Dia Mundial da Alimentação **(Semana de 09 a 16 de outubro)**	Assinalar o dia Mundial da Alimentação: • Vivenciar o dia proporcionando atividades de experimentação, que sensibilizem para a alimentação saudável.	• Estimular capacidades de reflexão por parte das crianças, relativamente à Alimentação mais adequada; • Compreender as razões porque não se deve abusar de certos alimentos; • Incentivar a criação de hábitos de alimentação saudável;	• Educadoras de Creche e JI; • Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; • Crianças.
Semana de 23 a 31 Outubro	Explorar de forma livre e acessível às crianças o Dia das Bruxas – atividades a realizar	• Conhecer outros hábitos e experiências culturais; • Contribuir para a	

	nas salas; ♦ Decorar as salas ou outros espaços do JI, com motivos alusivos ao evento; ♦ Explorar de forma livre e acessível às crianças o Dia de todos os santos; ♦ Confeção de pequenas receitas culinárias como bolachinhas ou broas, alusivas à época.	compreensão e aceitação de diferentes formas de estar e novos saberes. ♦ Conhecer outros hábitos e experiências culturais; ♦ Conhecer a aplicação de frutos do Outono na confeção das broas.	
De 06 a 10 Novembro	Comemorar o dia de S. Martinho e vivenciar o Magusto. ♦ Exploração da Lenda de S. Martinho; ♦ Realização da festa do magusto.	♦ Respeitar tradições e valores culturais próprios da nossa região; ♦ Proporcionar momentos de encontro e convívio entre adultos e crianças.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
A partir de 20 de Novembro e durante o mês de Dezembro	Projeto de natal ♦ Recolha de propostas de cada grupo para a concretização de um projeto de natal, com participação dos pais; ♦ Explorar, de forma criativa, alguns materiais recuperáveis, desperdícios, de forma a estimular o aproveitamento de materiais; ♦ Decorar os espaços do Centro Educativo com trabalhos efetuados pelas crianças; ♦ Criar e explorar poesias, rimas e canções alusivas ao natal; ♦ Cada grupo, de acordo com o seu projeto curricular, confecionam um presente de Natal para os pais/família; ♦Festa der natal a realizar-se no Centro Educativo, na qual participarão todas as crianças do CBESA, com apresentações desenvolvidas pelas crianças do JI e do CATL.	♦ Despertar nas crianças atitudes e valores de respeito e solidariedade; ♦ Compreender o símbolo do natal; ♦ Sensibilizar as crianças acerca da Educação para o consumo.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL ♦ Crianças.
06 Janeiro	♦ Cantar os reis: Deslocação às diversas salas ou espaços comerciais da vila.	♦ Preservar e vivenciar tradições; ♦ Conhecer e contatar	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de e JI;

		instituições e recurso próprios do meio próximo.	• Crianças.
Durante o mês Janeiro	Vivências do inverno: • Vivências associadas ao clima, suas mudanças e respetivos quadros de vida, mudanças de tempo observáveis em diversas partes do Planeta, nesta época, particularmente com a chegada do inverno; exploração de quadros de vida e outros conteúdos relacionados com os diversos climas.	• Observar e descrever as mudanças do estado de tempo.	• Educadoras de Creche e JI; • Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; • Crianças.
Fevereiro	• Participação no Desfile de carnaval promovido pelo município; • Colaboração entre as várias salas para a decoração dos espaços e placares do Centro Educativo; • Colaboração das famílias na preparação dos fatos para o desfile; • Criação de máscaras e adereços a utilizar no Carnaval; • Festa de carnaval no próprio CBESA.	• Desenvolver capacidades ao nível da representação criativa; • Expressar escolhas, tomas decisões e participar em planos.	• Educadoras de Creche e JI; • Auxiliares de ação educativa de Creche e JI • Crianças.
19 Março	• Vivências do Dia do pai: Elaboração, com cada grupo de crianças, de uma prenda para os pais, assim como de um postal alusivo, com mensagem.	• Fortalecer laços familiares; • Incentivar a participação das crianças em processos de tomada de decisão.	• Educadoras de Creche e JI; • Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; • Crianças.
21 Março	• Vivências do Dia Mundial da Floresta: • Assinalar o evento, com a plantação de uma árvore no espaço exterior do Centro Educativo; • Realização de atividades de germinação e plantação em vasos; • Elaboração de desdobrável e/ou postais alusivos a esta iniciativa.	• Sensibilizar as crianças para os cuidados com as árvores e a floresta; • Observar a necessidade da água como elemento fundamental para o desenvolvimento das plantas para o meio ambiente em geral; • Identificar e compreender a importância das árvores na vida dos seres humanos.	• Educadoras de Creche e JI; • Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; • Crianças.
Março /Abril	Projeto de Páscoa / Primavera •Explorar os vários símbolos	• Observar a natureza e principais alterações no	• Educadoras de Creche e JI;

	relativos à quadra; • Exploração de canções e poemas; • Decoração dos Espaços do Centro Educativo com motivos relacionados com a quadra; • Construção de painéis.	estado do tempo; • Estabelecer associações com novas atividades nos campos e com novas rotinas entre as pessoas; • Explorar as tradições locais, lendas e costumes; •Identificar as principais caraterísticas da primavera.	• Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; • Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL; • Crianças.
30 Abril a 04 de Maio	Vivências do Dia da Mãe: • Atividades a estabelecer pela equipa educativa do CBESA, de acordo com a evolução dos respetivos projetos curriculares de turma/sala; • Elaboração, com cada grupo de crianças, de uma prenda para as mães, assim como de um postal alusivo, com mensagem.	• Fortalecer laços familiares.	• Educadoras de Creche e JI; • Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; • Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL; • Crianças.
Maio 2019 - Quinta-feira da ascensão	• Explorar os vários símbolos relativos à quadra; • Saída à comunidade, para apanhar os diversos elementos que compõem o ramo da espiga; •Elaboração de mensagem/poema alusiva ao tema.	• Explorar as tradições locais, lendas e costumes; •Identificar os principais componentes do ramo da espiga, assim como o simbolismo associado.	• Educadoras de JI; • Auxiliares de ação educativa de JI; • Crianças.
1 de Junho	Vivências do Dia Mundial da Criança • Atividades específicas a definir com a equipa do CBESA; • Participação nas iniciativas elaboradas pelo Município.	• Criar oportunidades de convívio e de divertimento.	• Educadoras de Creche e JI; • Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; • Crianças.
Junho	Santos Populares • Atividades específicas a definir com a equipa do CBESA.	• Recriar tradições populares.	•Toda a comunidade Educativa; • Crianças.
Junho	Passeio escolar de final de ano -		• Educadoras de JI; • Auxiliares de ação educativa de JI; • Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL; • Crianças.

	Local a designar		
Final de Junho	Festa de final de ano: ♦ Participação e apresentações de todas as crianças do CBESA, excetuando-se o berçário, para os pais. A realizar-se no Cine-Teatro.	♦ Criar oportunidades de convívio e de divertimento.	♦Toda a comunidade Educativa; ♦ Crianças.

Diretora Pedagógica

Dr.ª Marlene Jorge

PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO DESPORTIVA

Centro Educativo

O nosso corpo deve ser pensado como uma experiência vinculada à inteligência, ao desenvolvimento pleno do ser humano. O bem-estar físico é essencial para o nosso crescimento, principalmente para as crianças, que estão numa fase de estabelecer registros corporais, psicológicos e motores.

A expressão física e motora é fundamental nestas idades para a aprendizagem de jogos, conhecer modalidades desportivas e brincadeiras para o desenvolvimento de certos aspetos físicos, motores e psicológicos na criança, bem como para estimular a cooperação entre colegas por meio de uma atividade em grupo.

Expressão Física e Motora

Descrição: aulas de atividade física compostas por aquecimento, parte fundamental e relaxamento. Estas aulas são realizadas com o auxílio de materiais didáticos como bolas, arcos, colchões, pinos, bancos, paraquedas, entre outros materiais.

Periodicidade: de Outubro de 2018 a Julho de 2019

Creche:

Sala dos Traquinas (aula realizada na sala), segundas das 10h00 às 10h30;

Sala Azul (aula realizada na sala), segundas das 10h40 às 11h10.

Periodicidade: de Outubro de 2018 a Julho de 2019

Jardim de Infância:

Sala Verde (aula realizada na sala multiusos), terças das 10h00 às 10h50;

Sala Vermelha (aula realizada na sala multiusos), quartas das 10h00 às 10h50.

Objetivos: Apender novas habilidades; Melhorar a postura corporal; Conhecer e dominar os movimentos do corpo; Promover o desenvolvimento psico-motor; Conhecer e dominar os materiais didáticos utilizados nas aulas.

Adaptação ao Meio Aquático

Descrição: Aulas de contacto com o meio aquático utilizando as Piscinas Municipais de Alcanena e matérias didáticos tais como ringues, mini-pranchas, esparguetes, entre outros materiais.

Periodicidade: De Janeiro de 2019 a Julho de 2019, quintas das 10h às 11h.

Objetivos: Melhorar o relacionamento com o meio aquático; Promover a autonomia no meio aquático; Potenciar o equilíbrio hidrodinâmico com todos os materiais didáticos utilizados.

Técnico Superior de Animação Desportiva e Cultural

Dr. Tiago Madeira

PLANO DE AÇÃO DO HOSPITAL

O plano de ação é um instrumento fundamental para definir estratégias de atuação, programar ações e mobilizar recursos.

O presente plano tem por base definir as principais linhas de ação das atividades que irão decorrer no próximo ano.

Para o próximo ano, e dado aos investimentos feitos em anos anteriores, a preocupação do Hospital e de todos os colaboradores que dele fazem parte, prende-se, com a sua própria sustentabilidade financeira.

Ao longo dos anos, o Hospital tem conseguido manter a sua própria sustentabilidade, uma vez que tem o serviço de Medicina Interna, ou seja, o regime de internamento de doentes, com a capacidade para 32 camas todas ocupadas. É importante fazer referência que estas funcionam, quer em regime particular, onde é praticada a diária de 40,00 euros, e também, através de Acordos de subsistemas de saúde, nomeadamente, ADSE, ADM, ADMG e SAD, com os quais, o hospital trabalha ao longo dos anos. No subsistema da ADSE, é pedido ao beneficiário uma diária de 13,47 euros. Atualmente tem-se 17 utentes em regime de ADSE, e em regime particular, 15 utentes.

Desta forma, e dado ao atual contexto económico e financeiro que o país atravessa, tem impactos diretos na prossecução das medidas a tomar, no sentido de aumentar a eficácia e a eficiência e fortalecer a atuação da Instituição.

Desde Agosto do corrente ano que o subsistema da ADSE tem vindo a ser reestruturado, onde a regra diz respeito, especificamente, à faturação de diárias de internamento (por beneficiário) que ultrapassem o limite de 30 dias, está dependente do parecer clínico e da autorização a partir do dia 1 do Conselho Diretivo da ADSE. Para o efeito, o pedido de autorização deverá ser instruído de acordo com os mecanismos instituídos pela ADSE. Após análise da justificação clínica e da previsão do tempo de internamento (tempo de duração estimado) reportado pela entidade, será emitido um parecer clínico, e posteriormente uma decisão do Conselho Diretivo sobre a matéria. A ADSE estipulou como período experimental, o mês de Outubro, para testar eventuais dificuldades, e a partir de 1 de Novembro de 2018, tornar-se-á obrigatória a prestação daquela informação, ou seja, novos procedimentos terão de ser tomados.

Contudo, todos os utentes do regime da ADSE carecem de um pedido de autorização de deferimento por parte da entidade que as tutela, bem como, o respetivo relatório médico e exames complementares de diagnóstico, de forma, a justificarem o internamento. Este poderá ir de 30 dias consecutivos, até ao máximo de 90 dias, consoante as necessidades de cada utente, se assim se justificar. Todos estes dados serão introduzidos na própria plataforma da ADSE, aguardando o seu despacho.

Assim sendo, tem que se repensar novas alternativas, das quais destaca-se as seguintes:

- Promover protocolos com as principais seguradoras (AdvanceCare, tranquilidade, Lusitânia, MultiCare, Saúde Prime, entre outras);
- Implementar novas consultas de especialidade em ginecologia, terapia da fala, dermatologia, urologia, rastreio auditivo e análises clínicas;
- Acordos com entidades públicas e privadas (SAMS- Serviços de Assistência Médico Social; acordo com a PT – Associação de Cuidados de Saúde, entre outros).

A implementação de novas consultas de especialidade veio contribuir para uma maior adesão e procura por parte dos utentes aos nossos serviços.

A especialidade de fisioterapia tem tido grande afluência de utentes. Este serviço é aberto à comunidade mas também tem em vista:

1. **Promoção da autonomia dos doentes internados/utentes**
    a) Implementar procedimentos facilitadores de recuperação de capacidades funcionais e/ou cognitivas, que conduzam a maior autonomia possível;
    b) Prevenir, retardar ou compensar o aumento da dependência.
2. **Prevenir quedas dos doentes/utentes**
    a) Avaliar o risco de quedas e fraturas;
    b) Manter/melhorar a mobilidade geral dos utentes;
    c) Identificar barreiras arquitetónicas e outros fatores de risco e tentar minimizá-los/eliminá-los;
    d) Melhoria do estado geral de mobilidade.
3. **Promoção da mobilidade dos doentes internados**

a) Avaliar o risco de quedas e fraturas;
b) Minimizar a permanência prolongada na cama;
c) Promover o exercício individual e em grupo;
d) Melhorar o estado de nutrição;
e) Supervisionar a marcha e transferências.

Todos os serviços prestados e as atividades desenvolvidas visam garantir o bem-estar, o conforto, a qualidade de vida e a segurança dos utentes, bem como contribuir para a prevenção, estabilização e retardamento do processo de dependência.

É intenção da Instituição colocar em prática, para o próximo ano, a iniciação de aulas de preparação e recuperação do parto e aulas de Pilates clínico.

Para além disso, é necessário salientar a criação da sala de Snoezelen, que tem como finalidade a estimulação sensorial/relaxamento a utentes com problemas de vários níveis (por ex. AVC, demência, ansiedade, entre outras), contribuindo para preservar e/ou melhorar o desempenho das funções cognitivas, como sejam a memória, a atenção, o raciocínio, a capacidade de resolução de problemas. Esta terapia faz apelo direto à estimulação pelos sentidos, desta forma fornece experiências multissensoriais simplesmente ajustando a iluminação, a atmosfera, os sons e estruturas para as necessidades específicas do paciente no momento do uso.

Dado a necessidade por parte dos utentes em acreditar numa força maior para a melhoria do seu estado de saúde, considero importante promover o culto. Pretendo, por isso (apesar de já existir às 5 ª Feiras, de 15 em 15 dias) que as voluntárias da Igreja venham dar a comunhão aos idosos, e que o Padre se desloque às instalações do Hospital e dar uma missa por mês. Considero que a religião fornece benefícios para a saúde mental, contribuindo para uma atitude positiva e promissora sobre a vida e a doença, levando a melhores resultados, bem como, a uma maior capacidade para lidar com a doença e a incapacidade.

Missão

- Assegurar um conjunto de cuidados de saúde e/ ou apoio social, promovendo a autonomia e melhorando a funcionalidade da pessoa em situação de dependência, através de um processo ativo e contínuo de reabilitação, readaptação e reinserção familiar e social;
- Garantir o acesso a cuidados de saúde de qualidade, adequando os recursos disponíveis às necessidades dos utentes.

Valores

- Humanização dos cuidados, garantindo o respeito pela Dignidade da Pessoa, pela consideração e respeito da sua individualidade, à confidencialidade da informação clínica, à preservação da identidade; à não discriminação, ao esclarecimento sobre a sua situação de saúde para que possa decidir de forma livre e consciente (sempre que possível) sobre a concretização do Plano de Intervenção que lhe é proposto;
- Responsabilidade Social, pelo investimento permanente nos seus meios humanos, no ambiente e nas parcerias com a comunidade;
- Continuidade e Proximidade de Cuidados, procurando responder às necessidades de cuidados numa perspetiva articulada de intervenção e articulação com outras Entidades de apoio à saúde, nas vertentes complementares às Instituições de Saúde (Hospitais Públicos);
- Rigor e transparência no sentido de estabelecer um relacionamento rigoroso e transparente com todos os intervenientes, consolidando assim a credibilidade institucional;
- Solidariedade, atuando com carácter solidário na e para a comunidade;
- Participação, através do trabalho em equipa, da responsabilidade pessoal e confiança.

Objetivos

- Melhoria contínua da qualidade na prestação de cuidados e na gestão e organização da resposta social;

- Rentabilizar os espaços remodelados;
- Satisfação dos utentes em relação aos serviços prestados;
- Desenvolvimento das competências técnicas, sociais e pessoais dos colaboradores através de programa de formação contínua;
- Satisfação dos profissionais em relação ao ambiente de trabalho e clima organizacional;
- Diminuição do risco de situações de exclusão social e desigualdade social, principalmente na população idosa;
- Assegurar qualidade de vida a quem a perdeu e não a pode recuperar, tentando fazer com que os utentes não sejam deslocalizados; evitando o incómodo para as famílias e aproximando-os e envolvendo-os no processo de recuperação;
- Promover uma adequada articulação com outras Entidades de apoio à saúde, nas vertentes complementares às Instituições de Saúde (Hospitais Públicos);
- Diversificar e aumentar a oferta de consultas de especialidade, bem como a realização de meios complementares de diagnóstico;
- Alargar as consultas de especialidade, nomeadamente as aulas de preparação e recuperação de Parto, Psiquiatria, Pediatria e a Ginecologia.

OBJETIVOS PARA O ANO 2019:

Objetivos Gerais:

1) Valorizar as chefias intermédias, conferindo maior autonomia e responsabilização;
2) Aprofundar os níveis de qualidade;
3) Melhorar os circuitos de informação;
4) Contribuir para a eficiência económico-financeira;

Objetivos Específicos:

1) Manter as taxas de ocupação sempre superiores a 80%;
2) Otimizar em termos de eficiência, procurando reduzir custos quer ao nível de consumo clínico, quer ao nível de Recursos Humanos;
3) Melhorar/manter os cuidados prestados;

4) Melhorar os registos do Plano Individual de cuidados dos doentes;
5) Manter as reuniões com os colaboradores com periodicidade mensal;
6) Manter e diferenciar um plano de formação contínua para todos os colaboradores que integram a equipa de trabalho, de modo a aumentar a "performance";
7) Lançar um Programa de Prevenção de Quedas;
8) Aplicar técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte utilizando diferentes ajudas técnicas, tendo em conta as orientações do profissional de saúde, a capacidade do indivíduo e os princípios de Ergonomia e riscos associados;
9) Manter uma relação estreita com o Centro de Formação Profissional ou outras Empresas credíveis que visem a diferenciação progressiva da equipa nas seguintes áreas:
    a) Síndromes Geriátricos e Demências;
    b) Primeiros Socorros (Suporte Básico de Vida);
    c) Posicionamento do doente acamado;
    d) Segurança contra incêndios;
    e) Gestão em saúde;
    f) Qualidade em Saúde.

Ao nível dos Investimentos:

- Investir em mais equipamento para a prevenção de úlceras de pressão;
- Aquisição de resguardos para camas laváveis, de forma, a poupar a lavagem de lençóis;
- Adquirir um maior número de dispositivos de mobilidade (cadeiras de rodas);
- Na cozinha, fazer uma proteção de forma a esconder o cifão devido aos maus cheiros;
- Remodelação dos vestiários das funcionárias e aquisição de cacifos;
- Alargamento de consultas de especialidade, nomeadamente, aulas de preparação e recuperação de parto;
- Criação de uma Saída de Emergência;

- Aquisição de cortinas de separação nos quartos dos utentes, preservando a privacidade;
- Fardas (equipamento de proteção individual);
- Aquisição de atoalhados de banho para os utentes, bem como babetes;
- 4 Cadeirões de conforto;
- 2 Colchões anti-escaras;
- Substituição do telhado do edifício devido as infiltrações;
- Colocação de uma vedação/gradeamento ao longo do muro circundante.

Utentes e Família

Promover o envolvimento da família nos cuidados do doente e no seu processo de recuperação, bem como no quotidiano da resposta social enquanto cuidador informal, respeitando sempre os valores próprios de cada família e a sua singularidade.

Formação dos Recursos Humanos

A qualidade dos cuidados prestados depende essencialmente dos recursos humanos de que dispõe, quer em número quer em diferenciação. A aposta em recursos humanos de qualidade, bem como a formação contínua permite a atualização permanente de forma a alcançar a satisfação, sendo este um dos fatores de sucesso. Sabemos que os recursos humanos são a fatia dispendiosa do ponto de vista financeiro, mas permite economias finais relevantes. Importa por isso desenvolver uma política de recursos humanos na Instituição que garanta estabilidade e segurança aos profissionais.

- COLOCAR EM PRÁTICA O MANUAL DE FUNÇÕES - o processo de avaliação de competências de cada colaborador da Instituição.

Avaliação de desempenho

Importa ainda acrescentar que está a ser implementado na Instituição, desde o corrente ano, um sistema de avaliação de desempenho, com o apoio de uma Empresa externa, credibilizada para o efeito. Foram realizadas reuniões de trabalho, não só para dirigentes como também para diretoras técnicas e colaboradoras dos diversos

sectores/respostas sociais. A implementação do sistema de avaliação de desempenho será testado no primeiro trimestre do ano 2019.

Estimular e incentivar o crescimento profissional e o desenvolvimento de novas competências;

Autoavaliação do seu desempenho.

O novo ano será, com certeza, um ano desafiador, dado que perspetivamos alguns desafios em termos financeiros a que teremos de dar resposta, desde logo o aumento do salário mínimo nacional.

De forma a colmatar algumas deficiências próprias de internamentos prolongados, temos uma psicóloga a fazer Estágio Profissional para a Ordem dos Psicólogos, cuja duração é 9 meses, tendo este iniciado em Junho do corrente ano e término em Março de 2019; direcionado aos doentes na realização de atividades de apoio e estimulação de competências e potencialidades.

1. Quadro de Ação: Objetivos e Metas do Hospital

Objetivo Estratégico	**Aumentar o grau de satisfação das Partes Interessadas**						
Objetivos operacionais	Indicadores	Metas	Fonte	Atividades Estratégias	Recursos a Envolver		
					Humanos	Materiais Logísticos	Financeiros
Aquisição de material de prevenção e conforto	Nº de material adquirido	2 Colchões anti-escaras; 4 Cadeirões relax.	Faturas; Requisiçõ es.	Levantamento das necessidades dos utentes; Solicitação de propostas; Adjudicação das mesmas.	Diretora Técnica Diretora Geral Membros da Direção	----------	Proposta Pedida
Adquirir materiais para o equipamento de Proteção individual	Nº peças adquiridas	14 Fardas; 14 Calças; 14 Polares; 18 Placas de identificaç ão Pessoal	Registos individuai s de EPI	Ações de levantamento dos tamanhos; Adjudicação das propostas; Aplicação de novos EPI's.	Diretora Técnica Diretora Geral Membros da Direção	EPI's Equipament o informático	Proposta pedida
Promover cuidados de saúde primários em utentes internados com elevado grau de dependência	% de redução de utentes com úlceras de pressão	Reduzir em % o aparecime nto de úlceras de pressão	Registos de enfermag em	Posicionamen tos adequados ao estado físico do utente; Identificar utentes com potencial risco de úlceras de pressão; Aquisição de material preventivo e equipamento.	Equipa multidisci plinar e ajudantes de enfermari a	Ajudas técnicas e colchões anti-escaras	Material existente
Adquirir atoalhados	% de atoalhados solicitados/ adquiridos	32 Resguardos para camas; 32 Colchas de camas; 60 Babetes; 60 Toalhas de banho; 60	Fatura; Requisiçã o interna.	Levantamento das necessidades; Solicitação de propostas; Adjudicação das propostas.	Direção Técnica; Diretora Geral; Membros da Direção	Atoalhados	Proposta pedida

		Toalhas de rosto					
Melhorar o desempenho	Nº de colaboradores com bom desempenho; Total de pessoas avaliadas.	Pelo menos 80% de pessoas com bom desempenho	Avaliação de desempenho	Realizar a avaliação desempenho	Colaboradores	Impressora; Computador; Papel.	Não aplicável

Diretora Técnica

Dr.ª Ana Carla Gonçalves

PLANO DE AÇÃO DA ESTAGIÁRIA DE PSICOLOGIA (SAD E HOSPITAL)

"O tempo muito me ensinou:
Ensinou a amar a Vida,
Não desistir de Lutar,
Renascer na Derrota,
Renunciar às Palavras
E Pensamentos Negativos,
Acreditar nos Valores Humanos,
E Ser Optimista.
Aprendi que mais vale
Tentar do que Recuar...
Antes Acreditar
Do que Duvidar,
Que o que vale na Vida,
Não é o Ponto de Partida
E sim a nossa Caminhada"
(Cora Coralina)

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, na maioria dos países, o número de pessoas com mais de 60 anos está a crescer a um ritmo mais acelerado do que qualquer outra faixa etária, representando 14,3% da população dos países desenvolvidos. Assim, estima-se que a população idosa deverá constituir 30% a 40% dos efetivos entre 2025 e 2050. Perante estes dados, torna-se crucial intervir nesta população de modo a potenciar a capacidade funcional e de saúde dos mais idosos, sendo fundamental criar formas de intervenção variadas e multidisciplinares.

O envelhecimento é uma fase do desenvolvimento da vida que passa por diversas transformações, sejam elas físicas, psíquicas e/ou sociais. Tais transformações podem surgir de forma inesperada, podendo contribuir para a instabilidade da pessoa idosa. Além disso, as capacidades cognitivas começam a diminuir bem como os seus sentidos, o que contribui para o seu isolamento e fragilidade sociais. É, ainda, de realçar que os idosos pretendem estar e sentem-se confortáveis num ambiente

estável, sendo que as mudanças que poderão vivenciar, como a institucionalização, poderão ser rejeitadas e originar instabilidade emocional.

De acordo com Spar e Rue (1998), a depressão é a forma mais grave de Perturbação do Humor na pessoa idosa. Esta é uma resposta pouco adequada às perdas sucessivas do envelhecimento e/ou ao facto do utente não ter conseguido fazer os seus lutos ao longo da vida. Além disso, as demências são outra das patologias mais frequentes na terceira idade, onde as capacidades cognitivas e intelectuais são perdidas, como já foi referido anteriormente. Assim, é crucial autonomizar o idoso e reforçar a sua autoestima.

Perante tudo o que a pessoa idosa se depara no processo de envelhecimento, é fundamental e importante o papel do Psicólogo e respetiva intervenção a fim de reforçar os aspetos positivos que cada utente tem. Para isso, o Psicólogo terá de ter uma visão global de cada utente, conhecendo a sua História de Vida e o seu suporte familiar e social, de modo a adequar a intervenção às necessidades de cada um.

Assim, nem todos os utentes possuem mecanismos de defesa que os ajudem a lidar e suportar a dor e o sofrimento, sendo também esta uma área fundamental da intervenção do Psicólogo.

Em Junho de 2018 deu-se início ao Estágio Profissional para a Ordem dos Psicólogos, com o apoio do IEFP, tendo o estágio a duração de nove meses. As respostas sociais onde atua são ao nível do Serviço de Apoio Domiciliário e Hospital.

Avaliação

É essencial, inicialmente, o Psicólogo conhecer o utente e o seu processo, de modo a averiguar a necessidade de intervenção psicológica. Além disso, cada pessoa é única e subjetiva, pelo que é fundamental o respeito e a sensibilidade de modo a que esta intervenção seja adequada e individualizada.

Assim, para isso, realizar-se-á:

- ψ Visitas Domiciliárias;
- ψ Observação;
- ψ Entrevista semiestruturada;

- ψ Avaliação Psicológica;
- ψ Planeamento de Intervenção (caso necessite);
- ψ Intervenção (caso necessite);
- ψ Reavaliação (caso necessite ou em caso de alterações significativas de utente).

Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

O domicílio do utente é um contexto privilegiado para a intervenção, uma vez que é uma fonte de informação muito útil relativamente à dinâmica e relações familiares, bem como na observação de vários aspetos que podem parecer insignificantes ao primeiro olhar, e que provavelmente não aconteceriam em contexto de Instituição.

Os cuidadores informais, que são maioritariamente familiares, são as pessoas que mantêm mais contacto e de forma mais próxima com o utente. Assim, estão sujeitos a uma grande pressão emocional e afetiva. As dúvidas inundam-nos e sentem-se, de certa forma, "obrigados" a fazer este papel e a cuidar de quem cuidou deles. Deste modo, é fundamental providenciar estratégias aos cuidadores para conseguirem gerir as suas emoções da melhor forma, reforçando sempre a importância que o seu papel tem para o seu familiar.

Plano de Ação SAD

1) **Livro "Memórias do Baú"**

   Em conjunto com as várias respostas sociais do CBESA, nomeadamente SAD, ERPI e Centro de Dia, irá proceder-se à recolha de histórias e tradições dos idosos, consoante os vários meses do ano (exemplo: em Janeiro como se comemorava o Dia de Reis). No fim, em parceria com uma gráfica realizar-se-á a impressão do mesmo de modo a fazer o lançamento do livro no Natal de 2019. A recolha de histórias terá início em Novembro de 2018.

2) **"Seniores Felizes"**

   Uma vez por mês, de modo a que os idosos possam ter a oportunidade de sair de sua casa, combatendo o isolamento social, recorrendo à requisição de

carrinha atempadamente, realizar-se-á atividades com os utentes do SAD no Hospital, promovendo a estimulação cognitiva e providenciando uma tarde diferente aos mesmos.

3) **"Ser +"**

As funcionárias do SAD deparam-se com realidades, por vezes, difíceis de gerir emocionalmente, promovendo o seu desgaste emocional. Desta forma, e com o objetivo de melhorar a qualidade do serviço prestado, serão realizadas sessões de partilha mensalmente, onde poderão expor os seus receios, dúvidas e gerir situações mais complicadas, diminuindo assim a ansiedade e encontrando o equilíbrio necessário à realização do seu trabalho.

4) **"Cuidar de Quem Cuida"**

Como já foi referido anteriormente, os cuidadores, que são maioritariamente familiares, apresentam um papel fundamental na vida dos utentes. Contudo, dado que esse papel se pode prolongar durante muito tempo e dado que vivenciam as perdas constantes do seu familiar (físicas e/ou psíquicas), enfrentam um desgaste emocional muito grande. Assim, realizar-se-á sessões mensais de partilha entre cuidadores a fim de aliviar a tensão sentida, diminuir a ansiedade e providenciar estratégias que os ajudem a gerir as suas emoções.

Atividade	Objetivo	Periodicidade	Local
Livro "Memórias do Baú"	- Aumentar a autoestima; - Combater a solidão; - Estimular cognitivamente através da recordação.	Ao longo do ano	Domicílio
"Seniores Felizes"	- Estimular cognitivamente; - Combater a solidão e o isolamento social; - Promover a coesão grupal.	Mensalmente, ao longo do ano	Hospital
"Ser +"	- Providenciar a partilha de situações ocorridas em contexto laboral com os utentes e com as colegas; - Promover estratégias para gestão de conflitos; - Promover estratégias para gestão	Mensalmente, ao longo do ano	Hospital

	emocional; - Atualizar processos dos utentes.		
"Cuidar de Quem Cuida"	- Promover a partilha entre cuidadores que enfrentam situações semelhantes; - Promover estratégias de gestão emocional; Supervisionar o desgaste emocional; - Diminuir a ansiedade.	Mensalmente, ao longo do ano	Hospital
Avaliação e Acompanhamento Psicológico	- Avaliar o estado cognitivo e emocional (para avaliar a necessidade e intervenção); - Diminuir a ansiedade; - Diminuir o estado depressivo; - Estimular cognitivamente; - Aumentar a autoestima; - Combater a solidão; - Promover estratégias para a gestão emocional.	Ao longo do ano, conforme a necessidade	Domicílio
Visitas Domiciliárias	- Avaliar o estado do utente; - Avaliar as condições habitacionais; - Combater a solidão; - Acompanhar a situação do utente de forma regular.	Ao longo do ano	Domicílio

Hospital

Quando um idoso é hospitalizado, é afastado do seu meio, do seu quotidiano, da sua habitação, das suas rotinas e da sua família, sendo privado das suas atividades, da sua vida social e da sua autonomia, ficando a sua história interrompida. Tal é uma mudança brusca perante uma nova realidade desconhecida e, por isso, torna-se difícil o idoso adaptar-se à mesma.

A doença é compreendida pelo utente como a perda de um corpo saudável e ativo, perdendo a sua autonomia e capacidade de agir com independência e ficando dependente do hospital e da família. De realçar ainda que a hospitalização, em casos de internamento prolongado, pode tornar-se em institucionalização.

Todos estes fatores podem influenciar negativamente o estado emocional do utente, gerando stresse e desgaste emocional, perdendo o interesse no mundo exterior, e podendo levar à depressão.

Perante todo este cenário, é fundamental a intervenção do Psicólogo na readaptação do utente a esta nova realidade, para que consiga lidar com as limitações impostas e investir no seu tratamento e consequentes melhoras. O Psicólogo é, assim, considerado um "agente humanizador" que compreende e utiliza os seus conhecimentos para intervir com o seu utente, que está muitas vezes inundado por culpa, medo, angústia e ansiedade decorrentes do internamento e desta nova realidade.

Mais, o Psicólogo irá escutar e dar suporte ao utente de modo a que este consiga partilhar a sua dor e sofrimento, quer seja de forma verbal ou não verbal; o utente terá, assim, o espaço que necessita para lidar com a mudança e adaptação.

Plano de Ação Hospital

1) **Livro "Memórias do Baú"**

   Atividade descrita no Plano de Atividades de SAD.

2) **"Oficina da Memória"**

   Em conjunto com a Fisioterapeuta, irá realizar-se semanalmente, atividades que promovam a estimulação da memória, uma vez que é uma área bastante afetada na população envolvente. Além disso, poder-se-á realizar outras atividades que estimulem cognitivamente.

3) **"Programa EnvelheSer"**

   Este é um programa de estimulação cognitiva e de desenvolvimento pessoal e emocional, realizando atividades em grupo. Este programa deu início em Julho de 2018, sendo o mesmo para continuar, uma vez por semana.

4) **"Música para a Vida"**

   Este projeto será a envolver uma terapeuta especializada em musicoterapia. Esta terapia utiliza a música como intervenção na área da saúde procurando aumentar a qualidade de vida e promover o bem-estar. Desta forma, estimula diferentes áreas da funcionalidade (física, cognitiva, emocional e social) através

de atividades com música. Tal seria bastante benéfico, uma vez que temos utentes dependentes e acamados, podendo gerar melhorias significativas, sobretudo no seu bem-estar e diminuição da ansiedade.

5) **Cuidar de Quem Cuida"**

Atividade explicada no Plano de Atividades de SAD.

Atividade	Objetivo	Periodicidade
Livro "Memórias do Baú"	- Aumentar a autoestima; - Combater a solidão; - Estimular cognitivamente através da recordação.	Ao longo do ano
"Oficina da Memória"	- Estimular cognitivamente a memória; - Promover a coesão grupal; - Aumentar a autoestima; - Aumentar o sentimento de pertença.	Semanalmente
"Programa EnvelheSer"	- Estimular cognitivamente; - Aumentar a autoestima; - Aumentar o sentimento de pertença; - Exprimir sentimentos e emoções; - Promover a coesão grupal.	Semanalmente
"Música para a Vida"	- Promover o bem-estar; - Reabilitar competências cognitivas e emocionais; - Auxiliar na expressão de sentimentos e emoções; - Diminuir a ansiedade.	Mensalmente
"Cuidar de Quem Cuida"	- Promover a partilha entre cuidadores que enfrentam situações semelhantes; - Promover estratégias de gestão emocional; - Supervisionar o desgaste emocional; - Diminuir a ansiedade.	Mensalmente, ao longo do ano
Integração do utente	- Integrar o utente no contexto hospitalar; - Diminuir o impacto da hospitalização/institucionalização; - Aumentar o sentimento de pertença.	Quando entrada de novo utente
Avaliação e Acompanhamento Psicológico	- Avaliar o estado cognitivo e emocional (para avaliar a necessidade e intervenção); - Diminuir a ansiedade; - Diminuir o estado depressivo; - Estimular cognitivamente; - Aumentar a autoestima; - Combater a solidão; - Promover estratégias para a gestão emocional.	Ao longo do ano, conforme a necessidade

Outras Atividades

Além das atividades acima referidas, pretende-se:

- ψ Colaborar nas diferentes atividades da Instituição, bem como nas atividades em conjunto com as diferentes respostas sociais;
- ψ Envolver a família nas diferentes atividades de modo a reforçar os laços familiares;
- ψ Promover encontros intergeracionais;
- ψ Dar apoio informativo e formativo às funcionárias e familiares;
- ψ Participar em reuniões de equipa;
- ψ Celebrar Datas Comemorativas e significativas para os utentes.

NOTA: Todas as atividades propostas podem sofrer alterações, podendo ter de ser adiadas ou alteradas, tendo sempre em conta a vontade e disponibilidade dos utentes.

Psicóloga Estagiária

Dr.ª Patrícia Fonseca Lopes

PLANO DE AÇÃO DE FISIOTERAPIA

Introdução

A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que em 2025 existam cerca de 1,2 biliões de pessoas com mais de 60 anos em todo o mundo. Portugal não foge á regra apresentando taxas elevadas de envelhecimento, tal como acontece na maioria dos países desenvolvidos.

Atualmente os governos têm lançado políticas de vida saudável, procurando melhorar a qualidade de vida dos idosos, tentando que estes atinjam uma maior longevidade mantendo qualidade de vida, e diminuído o aparecimento de doenças. Aposta-se cada vez mais na manutenção dos idosos em suas casas, uma vez que não existe resposta suficiente por parte das instituições.

O serviço de Fisioterapia do CBESA têm como objetivo promover a máxima funcionalidade dos indivíduos inseridos nas diferentes respostas sociais, promovendo a sua autonomia. A prevenção de quedas, a promoção de estilos de vida saudáveis, a estimulação cognitiva, a promoção da prática de exercícios físico, o aumento da autonomia nas ADV's, são trabalhados principalmente com a população mais idosa, tentando diminuir ao máximo o aparecimento de lesões. Cada utente é tratado como único e tendo sempre em conta das suas necessidades, objetivos conjuntos, e dificuldades.

A estimulação cognitiva é também tida em conta, sendo realizadas algumas atividades de promoção da saúde mental e da manutenção e melhoria das capacidades cognitivas de cada individuo.

O serviço de fisioterapia decorre na resposta social do Hospital de Alcanena, na Residência para Idosos (ERI), e no Apoio Domiciliário (SAD). A equipa de reabilitação é apenas constituída por 1 fisioterapeuta, no entanto todos os outros funcionários têm um papel preponderante na reabilitação de cada individuo, tal como uma animadora sociocultural, a equipa de enfermagem do lar e do hospital, a psicóloga, as assistentes sociais, as auxiliares, e os familiares de cada utente.

Planificação das atividades de Fisioterapia para 2019

O serviço de Fisioterapia tem por objetivo promover a máxima independência aos indivíduos, melhorando o seu potencial, tanto motor, como cognitivo. O Fisioterapeuta tem um papel fundamental na recuperação, reeducação e prevenção de incapacidades não só na população idosa, mas em todas as faixas etárias. No acompanhamento dos utentes idosos é essencial o apoio aos familiares, informando-os e alertando-os acerca de alguns aspetos importantes que devem ter em conta.

Tanto na Residência para Idosos, Serviço de Apoio ao Domicílio e no Hospital serão realizadas algumas atividades (como até agora), direcionadas para cada caso específico, tais como:

- Treino de atividades de vida diária;
- Estimulação cognitiva;
- Treino de marcha;
- Mobilização articular;
- Treino de motricidade fina;
- Alongamento muscular, e reposicionamento de fibras;
- Exercícios de fortalecimento e estabilidade;
- Treino de equilíbrio estático e dinâmico;
- Exercícios de coordenação;
- Resistência ao esforço;
- Utilização de meios físicos.

População alvo

- Utentes externos, consultados diariamente mediante marcação prévia no Hospital de Alcanena.
- Idosos institucionalizados no Centro de Bem Estar Social de Alcanena (Residência para Idosos e Hospital).
- Idosos que integram o Serviço de Apoio ao Domicílio.

Objetivos

- Adaptar e integrar o indivíduo;

- Diminuir a dor e as incapacidades;
- Reabilitar o indivíduo, devolvendo-lhe a máxima funcionalidade com a mínima compensação;
- Reeducar e sensibilizar os familiares e/ou prestadores de cuidados;
- Reduzir o risco de queda;
- Melhorar a qualidade de vida;
- Promover a autonomia, a prática de exercício, e os estilos de vida saudáveis;
- Melhorar a qualidade de movimento;
- Melhorar a cognição, atenção, concentração.

Estratégias de intervenção

Antes de qualquer intervenção é importante ouvir cada pessoa, assinalar quais os seus principais problemas, e quais os seus objetivos ao longo de cada sessão. Depois de conhecer melhor o utente é realizada uma avaliação individualizada, direcionando um plano de tratamento adequado às suas necessidades e objetivos traçados com o utente e com a família (sempre que possível, e tendo e em conta o estado psicológico do utente).

Atividades

1. Hospital de Alcanena[1]
    - Atendimentos individuais de utentes externos;
    - Atendimentos individuais de utentes internados;
    - Dinâmicas de grupo/estimulação cognitiva (leitura, escrita, desenho, cálculo, concentração);
    - Elaboração de cartazes e folhetos com o objetivo de sensibilizar e reeducar a população, promovendo a saúde e a doença;
    - Contacto e reeducação de familiares;
    - Saídas para a zona exterior ao edifício, sempre que a capacidade do utente o permita, de forma a melhorar a estimulação sensorial e propriocetiva.

[1] As atividades elaboradas dependem do número de utentes externos marcados no Hospital.

2. Residência para Idosos - ERPI
    - Atendimentos individuais de utentes internados;
    - Contacto e reeducação de familiares;
    - Saídas para a zona exterior ao edifício, sempre que a capacidade do utente o permita, de forma a melhorar a estimulação sensorial e propriocetiva.

3. Apoio ao Domicílio - SAD
    - Atendimentos individuais ao utente;
    - Contacto e ensino de familiares.

Avaliação

A avaliação do plano de ação será realizada segundo o número de utentes internados que aderem às diferentes atividades, bem como ao número de utentes externos consultados.

Nas sessões individualizadas é realizada uma avaliação inicial, através de observação, preenchimento de grelhas e aplicação de escalas utilizadas na área da Fisioterapia. Ao longo do tempo, e com a evolução do tratamento vão sendo realizadas reavaliações a cada utente, registando quais as suas melhorias, e pontos ainda a melhorar.

Escalas de avaliação utilizadas (exemplos):

- Berg;
- Barthel;
- Mini mental state;
- Tinetti;
- EVA;
- Time up and go;
- MIF (medida de independência funcional).

Cronograma – Ações Individuais

Data / Comemoração	Atividade	Material
4 Fevereiro - Dia mundial da luta contra o cancro	• Elaboração de cartaz.	Computador, impressora.
8 Março - Dia internacional da mulher	• Elaboração de lembranças, juntamente com os idosos.	A defenir.
14 Março - Dia da incontinência urinária	• Elaboração de cartaz de folheto; • Promoção de uma aula prática para os colaboradores.	Computador, impressora, colchões, bolas.
6 Abril - Dia mundial da atividade física	• Passeio com os idosos e realização de diversas atividades.	Bolas, bastões.
7 Abril - Dia mundial da saúde	• Elaboração de cartaz; • Passeio com os idosos.	Computador, impressora.
11 Abril - Dia mundial da doença de parkinson	• Elaboração de cartaz.	Computador, impressora.
5 Maio - Dia mundial da higiene das mãos	• Elaboração de cartaz, e folheto informativo.	Computador, impressora.
20 Maio - Dia mundial da luta contra a obesidade	• Elaboração de cartaz; • Passeio com os idosos.	Computador, impressora.
31 Maio - Dia mundial da esclerose múltipla	• Elaboração de cartaz informativo.	Computador, impressora.
8 Setembro - Dia mundial da fisioterapia	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Passeio com os idosos e realização de atividades.	Computador, impressora.
21 Setembro - Dia mundial da doença de Alzheimer	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Jogos de estimulação.	Computador, impressora.
20 Outubro - Dia mundial da osteoporose	• Elaboração de cartaz informativo.	Computador, impressora.
29 Outubro - Dia mundial do AVC	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Elaboração de folheto para os cuidadores.	Computador, impressora.

❖ Todas as atividades de grupo estão dependentes do número de marcações de doentes externos.

Novas propostas de Intervenção

Proposta	Local	Destinatários	Objetivo
14 Março Dia da incontinência Urinária - Sessão de esclarecimento	Hospital (antiga secretaria)	Utentes, funcionários e familiares.	- A incontinência é um problema frequente e que a maioria dos indivíduos não gosta de revelar. - Com a sessão de esclarecimento pretende-se desmistificar e alertar para pontos importante a considerar.
Apoio ao domicílio "Fisioterapia em sua casa"	Casas de utentes do serviço da SAD	Utentes e familiares integrados no serviço de SAD	- Avaliar o espaço físico onde vive cada utente de forma a identificar barreiras arquitetónicas. - Definir estratégias para remoção de barreiras. - Obter parcerias com empresas de construção de forma a ajudar a melhorar as casas dos utentes, tornando-as mais funcionais. - Promover e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos, com sessões de Fisioterapia planeadas, e ajustadas as necessidades de cada um.
"Oficina da Memória – Relembrar hoje, e não esquecer amanhã"	Hospital de Alcanena	Idosos institucionalizados no Hospital	- Melhorar, manter, e estimular a memória dos idosos. - Prevenir o aparecimento de demência. - Estimular a cognição.
"Cuidar, um ato de amor" (data a definir)	Auditório do Teatro Municipal	Funcionários do CBESA e população em geral	-Melhorar os conhecimentos da população na área da saúde; -Apoiar o cuidador informal; -Desmistificar a saúde mental; -Promover workshops de transferências e cuidados com o individuo dependente.

Técnica Superior de Fisioterapia

Dr.ª Ana Margarida Neto

PLANO DE AÇÃO DA CASA DE ABRIGO PARA MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Plano de Ação – "Erguer Futuro"

As casas de abrigo são unidades residenciais destinadas a proporcionar acolhimento temporário (em regime sigiloso) a mulheres vítimas de violência, acompanhadas ou não de filhos menores (Lei 112/2009 de 16 de Setembro; Decreto Regulamentar nº 2/2018 de 24 de Janeiro; Portaria nº 197/2018 de 6 de Julho). Estas estruturas residenciais têm como objetivos:

- Acolher temporariamente as utilizadoras e as crianças, tendo em vista a proteção da sua integridade física e psicológica;
- Proporcionar às utilizadoras e às crianças as condições necessárias à sua educação, saúde, e bem-estar integral, num ambiente de tranquilidade e segurança;
- Promover a aquisição de competências pessoais, profissionais e sociais das utilizadoras;
- Proporcionar, através dos mecanismos adequados, a reorganização das suas vidas, visando a respetiva reinserção familiar, social e profissional (art.º 3 do Decreto Regulamentar nº 1/2006 de 25 de Janeiro).

Neste sentido a resposta social Casa Abrigo "Erguer Futuro", pretende acima de tudo proteger as mulheres vítimas de violência doméstica com ou sem filhos/as menores para que possam construir um projeto de vida de forma a erguer futuro.

Para concretizar a missão a que a Casa de Abrigo se propõe, são levadas a cabo atividades em vários campos, e essas mesmas atividades estão assentes em 4 eixos fundamentais: I- Intervenção com as utilizadoras, **II - Capacitação de profissionais**, **III - Investigação científica no âmbito do acolhimento de mulheres em casas abrigo** e **IV – Articulação com a comunidade em projetos de parceria**.

O **Eixo I** diz respeito às atividades a desenvolver com as utilizadoras e seu/sua (s) filho/a(s) menores da casa abrigo.

Este eixo subdivide-se em, dois: **Eixo Ia** (atividades essencialmente individualizadas com cada utilizadora e seus/suas Filhos/filhas) e **Eixo Ib** (atividades em grupo).

Eixo Ia - Intervenção com as utilizadoras e seus filhos/as

Descrição das atividades a desenvolver ao nível da saúde		
Área de intervenção	**Objetivos**	**Atividades**
Saúde	- Minimizar a situação de crise permitindo o desenvolvimento do projeto de vida.	- Acompanhamento ao nível dos cuidados básicos de saúde das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s); - Encaminhamento para ações de sensibilização de promoção de saúde e prevenção da doença.
	- Proporcionar condições que promovam a qualidade de vida contribuindo para a saúde mental e física.	- Acompanhamento médico generalista e especializado das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s);
	- Apoiar em situações de doença aguda ou crónica.	- Acompanhamento a serviços de saúde (urgência, serviços de especialidade, exames) sempre que necessário.
Descrição das atividades referentes ao apoio psicossocial:		
Área de intervenção	**Objetivos**	**Atividades**
Psicossocial	- Acolher, acompanhar e orientar as utilizadoras e a/o(s) sua/seu(s) filha/o(s) redefinindo em conjunto um novo projeto de vida.	- Elaboração do diagnóstico de necessidades individuais; - Definição do plano de segurança; - Elaboração do plano de intervenção individual.
	- Desenvolvimento de competências pessoais e sociais.	- Realização de ações individuais e/ou grupais para promover a autoestima, autonomia, auto responsabilização, liberdade pessoal, empowerment, auto-aceitação; - Realizar atividades de psicoeducação no âmbito da igualdade de género e violência contra as mulheres e crianças.
		- Realização de sessões psicoeducativas individuais e/ou de grupo no âmbito da gestão de tempo, tomada de decisão; - Gestão de tarefas domésticas.

	- Desenvolver competências parentais.	-Realização de sessões de psicoeducação (individuais/grupais) e capacitação parental visando a responsabilização das utilizadoras pela educação dos seus filhos integrando-os num projeto de vida pessoal.
Descrição das atividades referentes ao apoio Profissional:		
Área de intervenção	**Objetivos**	**Atividades**
Profissional	- Desenvolver competências profissionais	- Realização de ações (individuais/grupais) que preparem as utilizadoras para a empregabilidade e procura ativa de emprego através da frequência de ações de formação profissional ou de cursos de formação e educação de adultos; - Elaboração do currículo pessoal; - Promover competências ao nível do empreendedorismo no feminino.
		- Continuação do projeto "A Escola vai à casa de abrigo" sendo a o ano letivo 2018/2019 a sua segunda edição.
Descrição das atividades referentes ao apoio Psicológico/Emocional:		
Área de intervenção	**Objetivos**	**Atividades**
Psicológico	- Identificar e despistar sintomatologia psicopatológica assim como outros fatores que condicionam o equilíbrio e o bem-estar psicológico das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s).	- Avaliação e acompanhamento psicológico individual e em grupo das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s); - Avaliação do estilo de vida e da motivação para a mudança comportamental para implementação de programa de mudança comportamental no estilo de vida sendo o mesmo ajustado às necessidades individuais caso faça sentido ao processo;
Descrição das atividades desenvolvidas no âmbito jurídico:		
Área de intervenção	**Objetivos**	**Atividades**
Jurídica	- Acompanhar e orientar os processos judiciais respeitantes à problemática da violência doméstica e outros processos paralelos.	- Consultoria jurídica no âmbito dos processos de queixa - crime; - Consultoria no âmbito dos processos regulamentação das responsabilidades parentais, divórcio e partilha de bens.

Eixo Ia – Atividades de grupo a realizar com as utilizadoras

Mês	Atividades	Recursos necessários	Orçamento (previsão)
Janeiro	Almoço de Ano Novo e Resoluções para 2019	- Produtos alimentícios (ementa a definir com as utentes) - Utensílios de cozinha - Folhas brancas e canetas	20 euros
Fevereiro	Sessão Temática *"Relacionamentos Abusivos"* como prevenir.	- Computador e colunas - Folhas brancas e canetas	Material existente no escritório
Março	Sessão Temática *"Máscaras – Qual a sua função?"* (Assinalar o Carnaval)	- Balões, cola branca, folhas de jornal, tesoura, linhas, lã, tintas, outros elementos decorativos - Folhas brancas e canetas	20 euros
	Lanche Temático *"Dia da Mulher"*	- Produtos alimentares (ementa a definir com as utentes) - Utensílios de cozinha - Material alusivo ao dia da mulher com impressão de documentos	20 euros
	Sessão Temática *"Sustentabilidade"* (meio ambiente e felicidade)	- Material alusivo à sustentabilidade - Computador e colunas - Impressão de documentos	Material existente no escritório
Abril	Caça aos ovos da páscoa (Atividades para crianças)	- Amêndoas da Pascoa - Papel crepe - Fitas de embrulho	5 euros
	Sessão Temática *"A Liberdade"* (Para assinalar o Dia 25 de Abril)	- Material alusivo ao tema liberdade com impressão de documentos - Folhas brancas e canetas	Material existente no escritório
	Celebração do Dia Mundial da Atividade Física com realização de uma caminhada e pic nic	- Lanche (cada utilizadora leva o seu lanche e das crianças)	Sem custos
Maio	Sessão Temática *"Competências parentais"* (Para assinalar o Dia da Familial)	- Material alusivo à temática com impressão de documentos, - Computador e colunas	Material Existente no Escritório

Junho	Dia da Criança (Atividades para crianças)	- A definir	A definir
	Almoço convívio - Sardinhada	- Sardinhas - Grelhador elétrico	20 euros
Julho	Ida aos Olhos de Água	- Veículo (s) da instituição - Lanche a cargo das utilizadoras	A definir
Agosto	Sessão temática *"Relações interpessoais"* (para celebrar o dia da Amizade)	- Material alusivo ao tema com impressão de documentos	Material existente no escritório
Setembro	Sessão temática *"Conquistar os meus sonhos"* (Celebrar o dia do sonho)	- Material alusivo ao tema com impressão de documentos	Material existente no escritório
Outubro	Almoço temático *"Alimentação Saudável"*	- Bens alimentares com ementa a definir - Material alusivo ao tema com impressão de documentos	20 euros
Novembro	Sessão Temática Visionamento de um filme para assinalar o dia do cinema	- Computador e filme a definir	Sem custos
Dezembro	Sessão Temática *"Direitos Humanos"*	- Material alusivo ao tema com impressão de documentos - Computador	Material existente no escritório
	Elaboração de decoração de natal	- Materiais para trabalhos manuais	20 euros
	Almoço convívio de Natal	- Bens Alimentares - Utensílios de cozinha - Prendas para oferecer às utentes	20 euros Prendas ainda a definir
Todo o ano	Reuniões de Equipa todas as semanas	- Folhas brancas e esferográficas - Impressão de documentos	Sem custos
	Confeção de produtos para angariação de fundos para um objetivo especifico e sugerido pelas utilizadoras	A definir	A definir

Eixo II - Capacitação de Profissionais

Este eixo tem como objetivo capacitar profissionais de competências para lidar com situações de desigualdade de género e de violência doméstica bem como em outros temas pertinentes para as funções a desempenhar na casa de abrigo. Assim, as atividades levadas a cabo neste eixo têm a ver com a formação e sensibilização sobre a igualdade de género e sobre a violência doméstica, e violência nas relações de intimidade relacionada com o género assim como o desenvolvimento pessoal e profissional no âmbito da gestão do stress em situações de crise junto de profissionais da casa de abrigo e da Instituição que colaborem diretamente com a casa de abrigo. Tem também como grande objetivo dotar as/os profissionais de competências no âmbito da implementação e cumprimento do plano de segurança pessoal e organizacional.

As atividades a desenvolver são ao nível das reuniões de equipa (realizadas todas as semanas) e ações de formação para a equipa em temas pertinentes para as funções a desempenhar. E sempre que necessário, formação a outros/as profissionais da Instituição.

Eixo III – Investigação científica no âmbito do acolhimento de mulheres em casas de abrigo

A Casa Abrigo do Centro de Bem Estar Social de Alcanena pretende acompanhar práticas inovadoras ao nível da intervenção com mulheres vítimas de violência doméstica em casas abrigo de forma a contribuir para o aumento do conhecimento de práticas e metodologias que revelem eficácia comprovada no processo de mudança comportamental, e cujas mudanças funcionem como modelo para fatores de proteção e resiliência aquando a saída e autonomização das utilizadoras.

Área de intervenção	Objetivos	Atividades	Orçamento (previsão)
Investigação Científica	-Contribuir para o melhor conhecimento dos processos envolvidos na violência doméstica, especificamente na vivência das mulheres acolhidas em casas de abrigo para melhoria das práticas	-Elaboração de projetos de investigação e candidatura a programas de apoio à investigação no âmbito da violência doméstica; -Recolha e análise de dados para elaboração de	Sem custos

	com as mulheres sobreviventes de violência doméstica.	práticas inovadoras e diferenciadoras para melhoria das práticas em casas de abrigo.	

Eixo IV – Articulação com a comunidade em projetos de parceria

Articulação com serviços e entidades da comunidade de forma a estabelecer-se um efetivo trabalho em rede no apoio às mulheres em acolhimento. As atividades a realizar são ao nível das reuniões que se considerem necessárias.

Técnica Superior de Psicologia/Coordenação - Dr.ª Susana Louro

Técnica Superior de Serviço Social/Técnica de Referência - Dr.ª Catarina Nunes

PLANO DE AÇÃO CONJUNTO ENTRE RESPOSTAS SOCIAIS

Data / Ação	Descrição	Objetivo
27 Março - Dia Mundial do Teatro	Convite a uma entidade para a realização de uma peça de teatro (local a definir), ou um grupo de crianças do Centro Educativo da Instituição preparar uma peça para apresentar às restantes respostas sociais	- Proporcionar momentos de entretimento e intercâmbio intergeracional; - Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
6 Abril - Dia mundial da atividade física	Realizar uma caminhada com todos os colaboradores interessados em participar na atividade	- Proporcionar aos colaboradores um dia descontraído e de convívio entre todos; - Promover hábitos de vida saudável.
15 Maio - Dia internacional das famílias	Juntar os familiares dos nossos Utentes num lanche convívio na ERPI, com animação musical	- Estimular e permitir as relações interpessoais; - Proporcionar o divertimento, o bem-estar, o convívio e a confraternização entre utentes, familiares e funcionários.
23 Maio - O CBESA vai à praia	Passeio convívio com as várias respostas sociais do CBESA à praia da Areia Branca	- Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; - Promover o convívio.
18 Junho - Dia internacional do piquenique	Convívio com as várias respostas sociais do CBESA num Parque Natural (a definir)	- Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
15 Junho - Arraial dos Santos Populares e aniversário do CBESA Local: Centro Educativo	Convívio com as várias respostas sociais do CBESA	- Promover a socialização; - Envolver a comunidade em geral, no processo de integração social dos nossos utentes.
26 Julho - Dia dos avós	Os Netos levam os Avós à Discoteca	- Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; - Promover o convívio entre gerações.

Data / Ação	Descrição	Objetivo
Setembro (dia a definir) - O CBESA vai à praia	Passeio convívio com as várias respostas sociais do CBESA	- Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Setembro (dia a definir) - Sessão fotográfica com os idosos	Trazer um fotógrafo ao CBESA, que proporcione aos nossos Utentes um momento diferente e criativo	- Aumentar a autoestima das pessoas idosas e difundir uma imagem positiva das mesmas.
1 Outubro - Dia do idoso	Realizar uma tarde animada, para os Idosos do CBESA com a participação dos Palhaços d` Opital, na ERPI	- Promover a socialização; - Proporcionar o convívio e entretenimento entre todos.
12 Outubro - Festival das Sopas Local: Hospital	Convívio entre a População envolvente do CBESA (Utentes, Familiares e Comunidade)	- Promover o convívio entre os Utentes e a Comunidade; - Promover a socialização; - Envolver a comunidade em geral, no processo de integração social dos nossos utentes.
12 Novembro - São Martinho Local: ERPI	Tarde animada na ERPI, com todas as respostas sociais	- Proporcionar um momento de convívio entre os Utentes e os seus familiares; - Promover uma tarde diferente das habituais.
Dezembro - Natal	- Atividade a realizar na ERPI; - Lançamento do Livro, relativo às memórias dos Utentes; - Exposição fotográfica.	- Promover o diálogo e a troca de opiniões; - Revisitar as vivências e experiências adquiridas ao longo da vida; - Promover a interação e a coesão grupal. - Proporcionar bem-estar, o convívio e o contacto entre utentes, familiares e funcionários; - Proporcionar momentos lúdicos; - Estabelecer a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa; - Fomentar o sentimento de pertença a um grupo; - Promover a troca de experiências.

PLANO DE AÇÃO DO PATRIMÓNIO

Habitação

Na Rua Tenente Coronel Salgueiro Maia, situada na união de freguesias de Alcanena e Vila Moreira o CBESA tem quatro moradias (artigo matricial nº 2897, divisão RC e RC/1; e o artigo matricial nº 2898, divisão RC e RC/1) que se encontram em processo de legalização e registo notarial, existiam duas moradias vagas por falecimento dos inquilinos, que foram reabilitadas e já se encontram arrendadas e nas outras duas moradias onde existem inquilinos, procedeu-se também a arranjos comparticipados pelo CBESA e pelos próprios inquilinos, e por mútuo acordo as rendas destes inquilinos foram atualizadas, o que irá ser uma mais-valia financeira para o ano de 2019.

Sobre o Bloco de 16 apartamentos, na Praceta Dr. Francisco Sá Carneiro, nº4, 2380-011 Alcanena, com o número matricial 237, os objetivos são manter e cuidar, para que os inquilinos tenham boas condições de habitabilidade. Estes apartamentos normalmente encontram-se sempre lotados, o que gera retorno financeiro para o CBESA.

Possuímos ainda um prédio na Rua 25 de Abril (artigo matricial nº 1628), onde existe três apartamentos alugados, uma loja e uma garagem cedida temporariamente à Cáritas, e existe ainda um escritório que o CBESA vai reaver durante o ano de 2018. Durante o ano de 2019, prevê-se fazer obras neste escritório de modo a converte-lo numa habitação, para a rentabilizar, arrendando-a.

Vamos reabilitar a habitação na Louriceira, distrito de Santarém, concelho de Alcanena, na União de Freguesias de Louriceira, Malhou e Espinheiro, na Rua da Abogaria, tendo-se mandado realizar um projeto para um T2, e solicitado o licenciamento para a realização das reabilitações na Câmara Municipal de Alcanena e prevê-se vir a beneficiar de algumas isenções de impostos, tais como IVA de projetos e obras a 6%, isenção de IMI durante alguns anos e isenção de IMT na 1ª transação, pois a zona onde se insere a casa está classificada como ARU (Área de Reabilitação Urbana).

Para o ano 2019, perspetiva-se regularizar a aquisição de alguns imóveis de modo a proceder-se ao seu arrendamento, e gerar retorno financeiro a partir de 2019

aplicando-o nas atividades sociais, o maior foco do Centro de Bem Estar Social de Alcanena.

Resposta Social ERPI

Realizou-se uma candidatura ao Portugal 2020, Aviso Centro-42-2018-07, apoio ao investimento em infraestruturas e equipamentos sociais, em que o objetivo é Promover a Integração Social e Combater a Pobreza e qualquer discriminação. Remodelação e adaptação das infraestruturas, compra de equipamentos, modernização e ajustamento às necessidades presentes e futuras. Em que constam as seguintes intervenções:

1- Remodelação do Telhado;
2- Reconversão da caixilharia;
3- Construção de Parque de Estacionamento;
4- Remodelação do pavimento interior;
5- Reconversão de Barras de inox;
6- Medidas de Auto Proteção;
7- Pinturas exteriores e interiores;
8- Compra de Equipamentos.

Neste momento espera-se a resposta por parte da CCDR Centro, para saber se o investimento é comparticipado.

Resposta Social Centro Educativo

Estão a ser realizados projetos para uma possível substituição do telhado e substituição da caixilharia do Centro Educativo.

Resposta Social Hospital

No ano passado realizou-se uma candidatura para integrar a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados da Região de Lisboa e Vale do Tejo, com o objetivo de formar uma parceria com o Ministério do Trabalho Solidariedade e Segurança Social para a tipologia que dizem ter em falta, uma unidade de longa duração/convalescença e manutenção para 32 utentes. Esta candidatura, para a criação de uma unidade de

cuidados continuados, foi aprovada, o parecer da ECR foi favorável, prevendo-se que fique destinada a 16 utentes de convalescença e outros 16 a utentes a longa duração e manutenção.

Com este projeto prevê-se a construção da unidade para 40 utentes, a princípio prevê-se destinar estas 8 camas a utentes privados, e a longo prazo concorrer para o alargamento destas há rede de cuidados continuados. Assume-se este risco, pois todos os estudos e parceiros que temos consultado, indicam que o mínimo de utentes para uma unidade não ter prejuízos é efetivamente cerca de 30 utentes, mas que quanto mais utentes ela tiver mais sustentável se torna.

Neste momento encontra-se a realizar os projetos de arquitetura da nova unidade, de modo a serem aprovados pela Câmara Municipal de Alcanena, para de seguida se realizar o projeto de especialidades e enviar para aprovação final das autoridades competentes.

Investimentos Gerais

Prevê-se no ano 2019 investir em quatro carros elétricos, sendo que três serão para o Apoio Domiciliário e outro para o quotidiano do Lar, de modo a reduzir os custos do combustível da Instituição. Encontramo-nos à espera que saiam uns modelos com maior autonomia (240 km de autonomia), de modo a ter a certeza de que estes servirão para realizar os serviços pretendidos.

Terrenos

A Instituição tem cerca de 40 mil m2 de terrenos com as mais diversas características e dispersos pelo concelho de Alcanena e Torres Novas, existindo a necessidade de continuar a mante-los cuidados e de rentabilizar o que for possível.

Diretor da resposta social Imóveis/Património
Eng.º Hélder Camacho

Diretora Geral
Dr.ª Ana Duarte

A DIREÇÃO

Presidente:____________________________________

Vice-Presidente:________________________________

Secretário:____________________________________

Tesoureiro:____________________________________

Vogal:____

Vogal:____

Vogal:____

Vogal:____

ORÇAMENTO – ANO 2019

Introdução

A grande complexidade financeira e económica do país e do mundo constitui como uma fonte de grande incerteza na execução do orçamento para 2019, pois o CBESA está ciente das dificuldades que se avizinham e da grande importância do seu papel neste contexto e no apoio aos que mais necessitam.

No entanto e tal como fomos referindo ao longo de todo o plano de ação para 2019, este é também um momento de oportunidade e demonstração da capacidade do CBESA em encontrar novos caminhos e construir novas alternativas, centrada num objetivo estratégico fundamental: *Sustentabilidade*.

Assim, construímos um orçamento realista, capaz de garantir uma execução orçamental adequada. Estamos cientes das dificuldades, mas simultaneamente temos também presente os potenciais caminhos a percorrer sem prejuízo do crescimento, do desenvolvimento e de uma resposta aos problemas sociais existentes e à complexidade de um novo ano que se perspetiva da continuação de alterações nas estruturas do Estado, que podem vir a necessitar de diferentes respostas.

Memória Justificativa

O orçamento para 2019 foi estruturado de acordo com o SNC (Sistema de Normalização Contabilísticas) tal como define a legislação.

A construção do orçamento para 2019 teve como base os seguintes pressupostos:

- A execução orçamental até Setembro de 2018, com uma projeção para os últimos três meses no ano;
- Na rúbrica 78 do orçamento previu-se um aumento devido às rendas dos apartamentos adquiridos.

Deste modo, apresentamos um orçamento equilibrado e que ilustra de uma forma clara as preocupações do CBESA e a sua focalização na sustentabilidade financeira da Instituição.

ANEXOS

- Orçamento para o ano 2019;
- Parecer do Conselho Fiscal.

CBESA

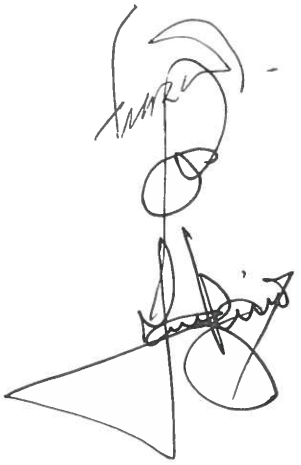
Elementos de apoio para elaboração do Orçamento da Direção 2019

Contas		Balancete set/18	Correções 2018	Anualização Out-2018/Dez-2018	Correções Valor	Correções percentuais	Orçamento 2019	Diferença em Relação a 2018
72	Prestações de serviços	979 428,33 €	0,00 €	1 305 904,44 €		156 708,53 €	1 462 612,97 €	12,0%
75	Comparticipações e subsídios à exploração	637 733,60 €	0,00 €	850 311,47 €	0,00 €	0,00 €	850 311,47 €	Manter
75	Herança de Joaquim Fernandes	1 684 887,77 €	0,00 €	1 684 887,77 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	"
Total dos rendimentos operacionais		**3 302 049,70 €**	**0,00 €**	**3 841 103,68 €**	**0,00 €**	**156 708,53 €**	**2 312 924,44 €**	
61	Custo das matérias consumidas	162 409,06 €		216 545,41 €		0,00 €	216 545,41 €	Manter
62	Fornecimentos e serviços externos	444 761,04 €		593 014,72 €	-143 633,00 €	0,00 €	449 381,72 €	0,0%
63	Gastos com o pessoal	1 286 528,09 €	54 088,23 €	1 769 459,02 €		0,00 €	1 769 459,02 €	Manter
64	Depreciações e amortizações			221 742,57 €	0,00 €		221 742,57 €	Estimativa
65	Perdas por imparidade	1 591,21 €		1 591,21 €			1 591,21 €	
67	Provisões		0,00 €	0,00 €	0,00 €		0,00 €	
Total dos gastos operacionais		**1 895 289,40 €**	**54 088,23 €**	**2 802 352,93 €**	**-143 633,00 €**	**0,00 €**	**2 658 719,93 €**	
Resultado operacional		**1 406 760,30 €**	**-54 088,23 €**	**1 038 750,75 €**	**143 633,00 €**	**156 708,53 €**	**-345 795,49 €**	
78	Outros rendimentos e gastos	75 614,86 €	18 065,82 €	118 885,63 €		23 777,13 €	142 662,76 €	20,0%
68	Outros gastos e perdas	27 521,14 €		36 694,85 €		0,00 €	36 694,85 €	Manter
76	Reversões de provisões		24 600,00 €	24 600,00 €			24 600,00 €	Julia Henriques/ Inês Cavadas
77	Ganhos p/aumentos justo valor	0,00 €		0,00 €			0,00 €	
79	Rendimentos financeiros	528,94 €		705,25 €			705,25 €	Manter
69	Gastos financeiros	0,00 €		0,00 €			0,00 €	Manter
Resultado antes de impostos		**1 455 382,96 €**	**-11 422,41 €**	**1 146 246,78 €**	**143 633,00 €**	**180 485,66 €**	**-214 522,33 €**	
Imposto sobre o rendimento								
Resultado líquido do período		**1 455 382,96 €**	**-11 422,41 €**	**1 146 246,78 €**	**143 633,00 €**	**180 485,66 €**	**-214 522,33 €**	
Total dos rendimentos		3 378 193,50 €	42 665,82 €	3 985 294,56 €	0,00 €	180 485,66 €	2 480 892,45 €	
Total dos gastos		1 922 810,54 €	54 088,23 €	2 839 047,78 €	-143 633,00 €	0,00 €	2 695 414,78 €	
Resultado líquido do período		1 455 382,96 €	-11 422,41 €	1 146 246,78 €	143 633,00 €	180 485,66 €	-214 522,33 €	

Novembro de 2018

A Direção

CBESA
CENTRO DE BEM ESTAR SOCIAL DE ALCANENA



PARECER DO CONSELHO FISCAL
SOBRE O PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO
ANO DE 2019

Exmºs. Senhores
Presidente e Membros
da Mesa da Assembleia Geral

Exmºs. Senhores,

1. A fim de dar cumprimento ao disposto na Lei e Estatutos, do Centro de Bem Estar Social de Alcanena, o Conselho Fiscal vem submeter a Vas. Exas. o seu parecer sobre o "Plano de Ação e Orçamento para o ano de 2019".

2. Para a elaboração do referido parecer o Conselho Fiscal debruçou-se sobre as diversas peças apresentadas e solicitadas à Direção da Instituição, assim como das explicações dadas pelo Senhor Presidente da Direção, relativamente à vida da Instituição, nomeadamente do seu andamento ao longo do ano de 2018 na vertente operacional, económica e financeira da mesma, com vista a assegurar o normal funcionamento da sua atividade de persecução dos fins sociais estatutariamente definidos na sua lógica de funcionamento como Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos.

3. Tendo este Conselho Fiscal analisado as peças que compõem o "Plano de Ação e Orçamento 2019" e procedendo à leitura específica da demonstração de resultados operacionais e financeiros previsionais, pode concluir pelos valores aí registados, orçamentados e explicados pelo senhor Presidente da Direção, do seguinte:

O Conselho Fiscal fez incidir a sua verificação nas grandes rubricas do "orçamento das demonstrações financeiras" peça também apresentada, e em que se inscrevem os seguintes valores:

Total da previsão dos gastos operacionais e financeiros 2.658.719,93 euros e total da previsão dos rendimentos operacionais e financeiros 2.480.892,45 euros.

Destes valores orçamentados resulta um resultado líquido negativo previsional de 214.522,33 euros.

Gastos e Rendimentos:

Os gastos e rendimentos orçamentados inscritos foram provisionados de acordo com os valores reais já registados na contabilidade à data de 30.09.2018, considerando a média mensal até final do ano de 2018, e extrapolando os valores para o exercício de 2019, não optando a Direção pela valorização dos custos e das receitas, com base em indicadores inflacionistas, nem em índice de preços de referência no consumo.

A rubrica que diz respeito a "prestações de serviços", em que foi provisionada em 156.708,53 euros, é respeitante à ampliação da ERPI em doze camas. A rubrica que diz respeito a "outros rendimentos e gastos" foi provisionado 23.777,13 euros, respeitantes às rendas dos apartamentos.

Na rubrica dos rendimentos em geral, optou esta Direção por manter a valorização da herança do Senhor Joaquim da Silva Fernandes, contudo é intenção destes Órgãos Sociais não valorizar em alta estes recursos, baseando os valores orçamentados, na expectativa de que a receita a arrecadar, tanto na geração da receita própria como da comparticipada seja pelo menos, semelhante à obtida em igual período da que serviu de base a este orçamento.

Investimentos:

Quanto à previsão de investimentos futuros, vertido no "Plano de Ação e Orçamento para 2019" apresentado pela Direção da Instituição, estes incidirão sobretudo em obras de manutenção em edifícios, e/ou em renovação de equipamentos vários de cozinha e lavandaria, de períodos de vida útil curtos e de desgaste rápido, assim como aquisição de carros eléctricos, aproveitando também tanto quanto possível os quadros de apoio ao financiamento para as IPSS's e vertido em legislação que se encontre em vigor, e orientada para as Instituições.

Desinvestimentos:

Não está previsto tanto quanto nos dá a perceber, a intenção de alienar bens de equipamento ou outros, excepto aqueles que se encontrarem fora de uso, obsoletos ou de vida útil terminada, e/ou em que simultaneamente aportem algum retorno financeiro à Instituição.

Em resumo:

Os valores registados no "orçamento das demonstrações financeiras", apresentado para o ano económico de 2019, refletem a preocupação da Direção, em apresentar um orçamento equilibrado face às circunstâncias atuais de dificuldades e constrangimentos para todos os agentes económicos, e em particular para aqueles que operam na "economia social".

Tudo considerado, e se fizermos uma leitura dos resultados orçamentados, sob o ponto de vista do seu "cash flow", diríamos que este orçamento tende a ser equilibrado.

Assim, diríamos que o resultado líquido previsional negativo de 214.522,33 euros parece-nos aceitável, face ao exposto e ao atual contexto conjuntural, e a que damos o nosso parecer favorável:

Somos de parecer, que a Assembleia Geral:

a) Aprove o "Plano de Ação e Orçamento para o ano económico de 2019".

Alcanena, 26 de Novembro de 2018

Os Membros do Conselho Fiscal,

(Manuel Mina Frazão- Presidente)

(Gabriel de Oliveira Feitor -Vogal)

(Jaime Pereira Barreiros-Vogal)