



CBESA

CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

PLANO DE AÇÃO

E

ORÇAMENTO 2021

"Solidariedade verdadeira se faz com a união de todos

Onde cada um faz um pouco

E juntos fazemos muito."

(Mônica Christi)

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: 31 de Março de 2021

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 – José João Rodrigues Oliveira

Vogal – Joaquim Silva Neves

Vogal – 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.....	9
PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM DA ERPI, CENTRO DE DIA, APOIO DOMICILIÁRIO E CASA ABRIGO.....	11
PLANO DE AÇÃO DO GABINETE DE PSICOLOGIA DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS.....	18
PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL	26
PLANO DE AÇÃO DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD)	40
CRECHE, JARDIM DE INFÂNCIA E CATL.....	46
PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO DESPORTIVA.....	64
PLANO DE AÇÃO DO HOSPITAL	66
PLANO DE AÇÃO DE FISIOTERAPIA.....	79
PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM DO HOSPITAL.....	87
PLANO DE AÇÃO DA CASA DE ABRIGO PARA MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA	95
PLANO DE AÇÃO DO PATRIMÓNIO.....	102
ORÇAMENTO – ANO 2021	106
ANEXOS.....	108

INTRODUÇÃO

O plano de ação para o ano 2021, 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 2021 foi elaborado, tendo em consideração que 2021 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 continuação da execução de projetos, candidaturas, concursos para obras e continuação da obra, a saber:

- Remodelação de coberturas, de portas e janelas exteriores, reabilitação de pavimentos interiores, pinturas interiores e exteriores, construção e arranjos exteriores na ERPI, com uma candidatura aprovada no Portugal 2020, com o valor de investimento total de 887.704,95€, com a taxa de comparticipação de 85%, sendo a comparticipação FEDER de 670.990,17€. A obra começou em Janeiro de 2020, parou de Março a Maio, recomeçou com as coberturas, parque de estacionamento e em três zonas interiores. Devido à situação pandémica, suspendeu-se as obras no interior, até existir condições para recomeçar, sendo que a candidatura teve uma reprogramação aprovada até 30.06.2022.

- Foi elaborada uma candidatura para o Centro Educativo (Creche, Jardim de Infância e CATL) sobre o aviso nº Centro-03-2019-17, Equipamentos (IPSS) – Apoio à Eficiência Energética, à gestão Inteligente da energia e à utilização das energias renováveis no domínio da sustentabilidade e eficiência dos recursos. Esta candidatura compreende a remodelação das coberturas, a reconversão de janelas e portas exteriores e a instalação de equipamentos solares fotovoltaicos para autoconsumo. O investimento rondará os 260 mil euros. Os valores máximos não reembolsáveis poderão chegar a 50 % dos custos. Candidatura em fase de análise.

- U.C.C.I.-UNIDADE DE CUIDADOS CONTINUADOS INTEGRADOS - tendo em consideração a falta de unidades de cuidados de saúde com as características indicadas e sabendo que o espaço da Unidade de Saúde (Hospital) teria que ter reconversão a prazo, o CBESA desde 2012 começou junto da ARSLVT um processo de negociações, de modo a poder ser implementada uma U.C.C.I. em Alcanena, depois de várias reuniões no dia 28 de Novembro de 2017 viu a sua pretensão aprovada pela R.N.C.C.I – Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados para a criação da Unidade para 32 camas sendo 16 para a tipologia de Convalescença e 16 para Longa Duração e Manutenção, o CBESA resolveu construir uma Unidade nova com a capacidade de 40 camas, começando nessa data a elaborar os respetivos projetos, encontrando-se à data os projetos aprovados e prontos para concurso público, assim como um estudo económico e uma proposta final em discussão com a RNCI, para alteração das tipologias e à capacidade de 40 camas. Espera-se a abertura de Programa para Candidatura a Fundos Comunitários, tendo em consideração que abriram candidaturas para todas as zonas do país e na Zona Centro, onde pertencemos, ainda não. Este projeto será muito importante para o Concelho de Alcanena, para a região e para o país, tendo em consideração que este projeto contribuirá para a criação de 19 postos de trabalho de quadros superiores e 13 funcionários de diversas categorias profissionais.

- CANDIDATURA AO PROGRAMA PARES 3.0 - TIPOLOGIA 2: A presente candidatura será implementada na ERPI e SAD do CBESA e tem como objetivo proporcionar as melhores condições de cuidados prestados aos utentes e de trabalho aos colaboradores da Instituição, assim como a prestação de cuidados referenciados e

inovadores. Considerando que a construção tem 36 anos, tendo ao longo dos anos sido objeto de grandes reparações e beneficiações, ainda existe a necessidade de fazer a reconversão das canalizações de águas quentes e frias, aquisição de termoacumuladores elétricos para aquecimento de águas, aquisição de ares condicionados, substituição de portas interiores, equipamentos de cozinha e refeitório, rouparia e lavandaria, gruas para mobilidade, mobiliário diverso, equipamentos diversos para animação e desenvolvimento motor, equipamentos para a sala de fisioterapia, psicologia, enfermaria e equipamentos informáticos. Sendo estas necessidades muito importantes para o normal funcionamento, presentemente devemos proporcionar cuidados referenciados e inovadores através da aquisição de equipamentos e instalação de:

- A) - Um Parque Geriátrico;
- B) - Uma Sala de Estimulação Multissensorial.

Uma vez que os anos foram degradando o imóvel e alguns equipamentos diversos, esta candidatura é muito importante porque estes equipamentos inovadores, serão imprescindíveis para a estimulação nas mais diversas vertentes sensoriais: promoção e reforço das capacidades emocionais, cognitivas e motoras; e promoção de relaxamento que amenize o stress e promova qualidade de vida e bem-estar. Esta candidatura encontra-se em fase de elaboração, prevendo-se um valor global com IVA de cerca de 420 mil euros, com uma comparticipação a fundo perdido que pode chegar aos 75%.

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 2021, vamos tentar implementar mais um objetivo “Todos somos CBESA”.**

O ano de 2021 deverá ser um ano de consolidação do trabalho desenvolvido nos últimos anos, continuando a preparar projetos para a Instituição se candidatar aos quadros comunitários e candidaturas nacionais, privadas e públicas que venham a acontecer e assim tentar solucionar as nossas necessidades, melhorando e atualizando conhecimentos e espaços físicos.

PLANO DE AÇÃO DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS E CENTRO DE DIA

“Os utentes não vivem no nosso local de trabalho.

Nós é que trabalhamos na sua casa.” Parafraseando a Dr.ª Sofia Gomes

Equipamento

Prosseguimento das obras de recuperação e beneficiação das instalações da ERPI iniciadas em 2020, nomeadamente:

- Substituição de pavimentos;
- Pintura interior;
- Substituição de portas e janelas, tendo em vista maior eficiência energética;
- Aquisição de:
 - Colchas (74);
 - Cortinados (para a zona vermelha, laranja, verde e amarela)
 - Babetes;
 - Bonés para saídas (40);
 - Autoclave para esterilização de tesoura e alicates de unhas, pentes e escovas;
 - Chávenas e pires para pequeno-almoço e lanhe;
 - Copos para água;
 - Caixas plásticas para arrumação para roupa (20);
 - Mesas de leito (6);
 - Cadeiras de duche (1);
 - Televisões para as salas de estar das zonas (4);
 - Televisão para a sala de estar grande (1).

Utentes e Famílias

Promover cada vez mais envolvimento dos nossos utentes e familiares na vida da ERPI, através de abordagens que podem ser mais ou menos formais consoante as necessidades sentidas, tendo em vista a melhoria contínua da prestação de cuidados tornando-a mais humanizada e próxima possível.

Formação dos Recursos Humanos

É uma prioridade do CBESA, promover a formação dos colaboradores para garantir cada vez mais a qualidade dos serviços prestados. Para isso juntamente com a equipa técnica de SAD elencamos um conjunto de temas a abordar em 2021, de forma a melhor capacitar os colaboradores.

Temas	Destinatários
Demência e doença de Alzheimer	Colaboradores de SAD e ERPI
Abordagem focada na pessoa idosa	Colaboradores de SAD e ERPI
Luto e morte	Colaboradores de SAD e ERPI
Cuidados básicos de higiene (com colaboração da enfermeira da ERPI)	Colaboradores de SAD e ERPI

- Retomar as reuniões de equipa técnica, pelo menos uma vez por mês, centradas nas problemáticas dos nossos utentes e colaboradores, de modo a podermos operacionalizar com maior eficácia os PIC'S e PI.

Diretora Técnica da ERPI e Centro de Dia

Técnica Superior de Serviço Social - Dr.ª Adelina Ferreira

PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM DA ERPI, CENTRO DE DIA, APOIO DOMICILIÁRIO E CASA ABRIGO

Como é do conhecimento de todos, o ano de 2020 e prevê-se, pelo menos o início do ano de 2021, será atípico e desafiante no que respeita à pandemia de Covid-19, que estamos a viver. Mais desafiante e preocupante para nós, enquanto Instituição para Idosos em situação de vulnerabilidade. Posto isto, será o trabalho do Gabinete de Enfermagem centrado na atualização constante, na procura de autoconhecimento e formação dos colegas, bem como na aplicação de estratégias para proteger os nossos idosos e colaboradores.

É tempo de dar continuidade e melhorar o trabalho realizado até aqui, manter todos os cuidados e procedimentos necessários para evitar a propagação do vírus na Instituição e na comunidade envolvente.

Apesar de sabermos que esta pandemia nos irá acompanhar, é preciso focarmo-nos, como sempre, na atuação para com os nossos utentes, posto isto, a minha conduta mantém-se na prestação de cuidados de excelência, formação das equipas, organização, gestão, articulação, apoio e acompanhamento dos utentes e suas famílias, lembrando a postura proactiva da Enfermagem na desmitificação do processo de envelhecimento.

Para isso, pretendo manter o foco na melhoria dos cuidados, aplicando as diretrizes referidas a seguir:

- **Continuidade e melhoria dos cuidados de saúde, através de:**
 - Promoção da saúde;
 - Prevenção de agudizações;
 - Detecção 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;
 - Acompanhamento personalizado a cada utente, fomentando a interação da família ou pessoa de referência;
 - Contribuir para a valorização pessoal e social do utente;
 - Trabalho em equipa multidisciplinar, cooperando para o bem-estar geral dos nossos utentes;
 - Evitar o erro;
 - Controlar a evolução dos problemas já existentes;
 - Supervisão na preparação e administração de 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 a melhoria no processo de acolhimento inicial:** Gerir as condicionantes existentes no processo de acolhimento, nomeadamente a não entrada dos familiares na Instituição; cumprir o período de quarentena exigido numa admissão, tentando minimizar os efeitos negativos que advém de um período longo de isolamento, nomeadamente a perda de mobilidade, a falta de estimulação cognitiva e sensorial, bem como a ausência de presença física dos familiares; detetar aspetos importantes com interferência na prestação de cuidados; detetar precocemente problemas de saúde; personalizar cuidados minimizando o impacto da institucionalização; promover a integração; executar a avaliação inicial recorrendo à observação física e psicossocial do utente; preencher o processo clínico do utente e avaliar as suas necessidades; implementar a Escala de Braden e Escala de Morse; manter a melhoria já existente na atualização e informatização dos processos de saúde dos utentes.

- 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 sempre que necessário.

- **Plano Individual de Cuidados:** é pretendido continuar a atualização de todos os Planos Individuais de Cuidados, por forma a em conjunto com a restante equipa multidisciplinar fazer a sua revisão e atualização nos prazos pretendidos.

- **Manter e promover atualização do registo das AVD's usando o sistema de registos Softgold**, mantendo o registo diário de todas as AVD's, de forma a ter maior precisão, e consequentemente um acesso mais rápido a todos os registos realizados pela equipa multidisciplinar, promovendo assim a continuidade dos cuidados.

- **Prevenir úlceras de pressão:** Garantir a funcionalidade e adequação dos equipamentos; garantir o levante diário do utente, sempre que o estado clínico o permita; minimizar o tempo de permanência do utente no leito; posicionar o utente de acordo com as suas necessidades, promovendo a alternância de decúbitos de acordo com as necessidades e condicionantes do mesmo; aplicação de material anti-escara e de medidas de prevenção de úlceras de pressão; sensibilizar e investir na formação das colaboradoras, para a importância dos posicionamentos na prevenção de úlceras de pressão; implementar no processo do utente a avaliação e registo de úlceras de pressão recorrendo à Escala de Braden.
- **Prevenir quedas dos utentes:** Monitorizar a ocorrência de quedas, através do preenchimento obrigatório da ficha de registo de ocorrência de queda; avaliar o risco de queda do utente; sinalizar os utentes com maior risco de queda; supervisionar os períodos de deambulação; sensibilizar e investir na formação para o uso adequando de medidas de prevenção de quedas; utilizar dispositivos auxiliares de marcha adequados ao estado clínico de cada utente; implementar no processo do utente a aplicação da Escala de Morse.
- **Medicação e material necessário ao Gabinete de Enfermagem:** Adequar a requisição de stock de material e medicação às necessidades do serviço/utente; assegurar as adequadas condições de acondicionamento da medicação; garantir uma correta administração da medicação e cumprimento da prescrição; monitorizar os prazos de validade de material e medicação; vigiar o estado de conservação e funcionamento de todo o material; gerir/repor o stock de medicamento dos utentes; gerir/repor stock do material necessário à prestação de cuidados e gabinete de enfermagem; monitorizar a terapêutica; preparar/administrar a medicação; monitorizar e registar em local próprio todo e qualquer erro cometido na preparação/administração da terapêutica.

- **EPI inerente à pandemia, Covid-19:** garantir o uso correto de EPI's na prestação de cuidados, nomeadamente em utentes em isolamento profilático ou isolamento por covid-19; gerir/repor stock de EPI, nomeadamente, luvas, aventais, toucas, cobre pés; óculos de proteção, fatos impermeáveis; manter a formação constante no método adequado do seu uso e tratamento pós utilização.

- **Atividades genéricas a desenvolver durante o ano de 2021:**
 - 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;
 - Promover e avaliar a adesão de cada utente ao regime terapêutico;
 - Sensibilização e 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;
 - Promover a independência;
 - Detetar precocemente possíveis alterações;
 - Supervisão e vigilância da alimentação do utente e as suas necessidades;
 - 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 com o Dr. João Grilate, de forma a melhorar os cuidados de promoção da saúde e prevenção da doença, bem como as equipas do Centro de Saúde, sempre que possível.

Para além de todas as funções referidas anteriormente, e não menos importante, pretendo dinamizar pequenas sessões, com a colaboração da Diretora Técnica e Gabinete de Psicologia, com as ajudantes de ação direta, no sentido de colmatar possíveis falhas, melhorar estratégias, dinâmicas de trabalho e promover a sua autonomia na gestão e prestação de cuidados. Ao mesmo tempo investir numa formação mais individualizada, no próprio contexto de prestação de cuidados com todas as nossas colaboradoras, nas admissões com a preocupação de formar, com as nossas colaboradoras mais antigas, de refrescar memórias e técnicas adequadas.

No que respeita às outras respostas sociais da Instituição, é pretendido que se mantenha a colaboração com a Casa Abrigo, em situações de emergência ou de real necessidade de cuidados de Enfermagem, pedindo colaboração do Dr. João Grilate quando se justifique.

Pretendo também, aperfeiçoar a colaboração com a Diretora Técnica e colaboradores da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, no sentido de proporcionar aos utentes um acompanhamento mais personalizado. Sugerindo, assim a viabilidade de participar na primeira visita domiciliária, por forma a detetar reais necessidades e assim traçar um plano de cuidados adequado a cada utente e sua família, com o objetivo de minimizar riscos de quedas, de úlceras de pressão, de perda de mobilidade, entre outros riscos inerentes à sua situação. Traçar um plano de acompanhamento dos vários utentes, despistando possíveis alterações de saúde, ou da sua integridade física, melhorar o acompanhamento destes utentes, hoje em dia mais reféns do isolamento social imposto pela pandemia. Para além disso, cooperar na formação das equipas de Apoio Domiciliário, nomeadamente na utilização de EPI, processo de desinfeção de espaços, entre outras necessidades inerentes à não propagação do vírus da Covid-19.

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

- 1 Monitor de avaliação de Sinais Vitais, traçado ECG, NIBP e SPO2, no valor de aproximadamente 1000 Euros;
- Entre outras necessidades que vão surgindo com a prestação de cuidados e evolução da própria pandemia.

Para finalizar, a minha atuação enfrenta vários desafios, sendo que tem 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 atuação da Enfermagem visa sempre uma abordagem holística do utente de forma a proporcionar cuidados diferenciados em contextos distintos, cooperando assim com a equipa multidisciplinar.

Enfermeira Vanessa Jorge

PLANO DE AÇÃO DO GABINETE DE PSICOLOGIA DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS

“Os utentes não vivem no nosso local de trabalho.

Nós é que trabalhamos na sua casa.”

Sofia Gomes

O Gabinete de psicologia tem vindo a desempenhar funções diferentes por dois motivos:

- Devido à Covid-19 o Gabinete de Psicologia está, provisoriamente, ocupado com camas;

- Devido à Covid-19 o tempo tem sido ocupado com marcações de visitas, chamadas e videochamadas, bem como visitas presenciais no exterior.

Estas situações vão manter-se enquanto o vírus não for erradicado, mas quando já não vivermos em pandemia as funções do Gabinete de Psicologia poderão retomar as suas atividades habituais.

Na impossibilidade de prever o futuro, o plano de ação contemplará ambas as situações, com e sem Covid.

VISITAS AOS UTENTES

Enquanto vivermos em pandemia, planeia-se que os utentes possam continuar a receber as visitas dos seus familiares e amigos, pelo que será necessário:

- Despender tempo a fazer as marcações das visitas, das chamadas e das videochamadas.

- Estar presente aquando da realização das mesmas, pois os utentes não seguram no telemóvel e muitos tocam no ecrã, desligando a chamada ou impedindo a visualização da outra pessoa.

- Receber os familiares, levar os utentes até ao local da visita, atender aos pedidos e responder às questões dos visitantes, estar presente nos casos em que é necessário mediar a visita ou garantir que o utente não se levantará para se aproximar dos familiares, e fazer a desinfeção do espaço e das cadeiras.

As visitas ocupam a manhã e a tarde, pelo que o período destinado a marcações, por telemóvel, ou via SMS, continuará a ser entre as 13h00 e as 14h00.

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA

Dependendo do utente, as necessidades de intervenção psicológica variam. Na nossa Residência para Idosos, a necessidade de intervenção prende-se, sobretudo, com sintomatologia depressiva, processos demenciais, dificuldades de adaptação, conflitos entre utentes, isolamento e aparecimento de novos problemas de saúde ou agravamento das capacidades.

Entre as diversas necessidades de intervenção, destaco a Depressão, uma patologia tão presente nos idosos, que por vezes é confundida com um quadro inicial de demência, e que exerce um forte e destrutivo impacto no utente, afetando-o a nível biológico, psicológico e social.

Compreenda-se que envelhecer é um processo individual, dinâmico e extremamente complexo, implicando uma série de perdas que, variando de indivíduo para indivíduo, podem englobar: redução da capacidade financeira, perda de autonomia por diminuição das capacidades físicas e mentais, carências afetivas, isolamento social, perda da sua residência e dos seus pertences, ausência ou escassez de apoio familiar e consequente sentimento de abandono e de inutilidade.

Nas sessões de intervenção psicológica, é possível detetar sintomas depressivos e ansiosos, trabalhar com os utentes questões do foro emocional e trabalhar / negociar estratégias que permitam alterações de pensamento e de comportamentos. Em suma, pretende-se, nestas sessões, identificar meios e estratégias que promovam a qualidade de vida do utente.

Além dos casos identificados pela psicóloga, existem as situações que são identificadas e encaminhadas para o Gabinete de Psicologia, através da equipa multidisciplinar, nomeadamente pelas ajudantes de ação direta e pelos outros técnicos.

Fazendo o acompanhamento das visitas não conseguirei ter a disponibilidade necessária para a intervenção psicológica, o que constitui uma preocupação para mim.

AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

A entrevista é habitualmente o primeiro momento da avaliação psicológica, recolhendo informação sobre a história de vida do utente.

Em traços gerais, para um conhecimento multidimensional do utente, as informações recolhidas por este Gabinete são: dados de identificação; elaboração do genograma; história clínica; história familiar e história social.

Os utentes também realizam Testes de Avaliação Psicológica, testes que permitirão avaliar a atenção, a memória, a cognição, a linguagem, a funcionalidade e o estado emocional. 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 fiabilidade dos resultados e na respetiva interpretação. Assim sendo, regra geral, esta avaliação é feita um mês depois da entrada do utente na Residência.

Mediante dados recolhidos na entrevista, informações conseguidas com a observação e os resultados da avaliação, obtém-se um conhecimento mais profundo e pormenorizado do utente, o que beneficiará o trabalho da equipa, que contará com dados acrescidos acerca do utente.

Os testes vão sendo aplicados mais vezes aos utentes que permanecem na Instituição por significativos períodos de tempo. Também existem as situações em que se verifica alterações no comportamento, nas reações e na interação com o utente, optando-se por fazer novos testes, a fim de se apurar, entre outras situações, declínio cognitivo. Esta avaliação permite uma maior informação, ajudando-nos a encaminhar o utente para uma consulta de especialidade, por exemplo de Neurologia, a fim de se esclarecer as causas das alterações, prosseguir para exames, introduzir nova medicação e esclarecer as famílias.

INTERAÇÃO SOCIAL

A relação entre psicóloga e utente constitui-se muito importante para o sucesso da intervenção psicológica, devendo o utente sentir-se alvo de interesse, de

atenção, de empenho, de valorização e de disponibilidade. Esta interação não tem lugar específico, acontecendo em qualquer local da Residência.

Nestes momentos informais apercebo-me de situações que incomodam os utentes e que necessitam de intervenção e identifico necessidades que precisam de ser atendidas. Os assuntos são de diversa ordem, e o facto de ser psicóloga não me cinge apenas a situações que tenham a ver direta e especificamente com a saúde mental. Procuvo soluções junto das colegas, seja a nível de saúde, de roupa, de finanças, entre outros, até porque qualquer situação poderá perturbar significativamente a qualidade de vida do idoso na Instituição, e o nosso maior objetivo deverá ser que essa qualidade seja assegurada. Também nestes momentos me apercebo de utentes que revelam necessidade de intervenção psicológica.

DINÂMICAS DE GRUPO

A partilha das emoções, das suas vivências, dos seus sentimentos e frustrações, permite a promoção da empatia, desencadeando a interajuda. Para funcionarem bem, estes grupos deverão ser constituídos com poucos elementos, criteriosamente escolhidos, e os temas sugeridos deverão ir ao encontro das necessidades e experiências dos idosos.

Os temas que se pode abordar com os utentes são diversos e infindáveis: O amor do casal; O namoro; O amor pelos filhos; As perdas; A amizade; A realização profissional; As desilusões; A Liberdade, entre outros.

Para esta dinâmica se realizar será necessário que não esteja a acompanhar visitas e que tenha um espaço adequado, ou seja, que o Gabinete de psicologia fique novamente disponível.

ATENDIMENTOS INDIVIDUAIS

Os utentes recorrem ao Gabinete de Psicologia por razões de diversa ordem, sendo frequente procurarem aconselhamento e ajuda em questões muito práticas, e auxílio para a resolução de determinadas situações.

ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

Estudos realizados provam que a estimulação cognitiva promove uma melhoria significativa das competências cognitivas, da qualidade de vida e das capacidades funcionais dos idosos, promovendo a memória a concentração, a atenção e o vocabulário.

Os exercícios de estimulação cognitiva consistem em exercícios de escrita e de cálculo, palavras cruzadas, recorte e colagem, pintura, labirintos, sopas de letras, sequências, identificação de diferenças, grafismos, entre outros. Os exercícios são realizados de acordo com o gosto e as capacidades de cada utente.

Esta atividade está suspensa enquanto acompanhar as visitas, uma vez que não tenho tempo para realizá-la. Para algumas sessões de estimulação é necessário o Gabinete de Psicologia que, neste momento, está indisponível.

ATENDIMENTO FAMILIAR

Para alguns familiares a decisão e a tarefa de institucionalizar um idoso pode ser extremamente penosa, podendo mesmo constituir um processo de luto, o desencadear de uma Depressão, o debater-se com dilemas, problemas de consciência e sentimentos de culpa.

Cada vez mais os familiares recorrem ao Gabinete de Psicologia, procurando informação técnica acerca do estado mental do utente, bem como solicitando estratégias que contribuam para o seu bem-estar, mas também procurando ajuda para si e para a sua dificuldade em lidar com esta nova etapa da vida do idoso.

Para o Gabinete de Psicologia a família é fonte de preciosa de informação, o que se torna mais relevante nos casos em que os utentes têm demência. Também é importante a possibilidade de trabalhar em simultâneo com a família, formando-se uma equipa cujos papéis e conhecimentos, em uníssono, contribuirão mais enriquecedoramente para a intervenção com o utente.

Por vezes existem situações difíceis entre as famílias e os utentes, que o Gabinete de Psicologia tenta mediar, mas apenas com a permissão do utente.

ELABORAÇÃO DOS PLANOS INDIVIDUAIS

Os Planos Individuais auxiliam o planeamento do trabalho a realizar com cada utente, pois objetivos e estratégias são pensados, de forma a garantir-se a melhor qualidade de vida do utente.

A realização destes planos não é possível em tempo de pandemia, pois além de não ter tempo, o meu trabalho com os utentes tem sido diferente.

Logo que esta situação de Covid-19 deixe de condicionar o nosso trabalho, procurarei atualizar os Planos Individuais e fazer os que ainda nem foram iniciados.

PLACARD

O Gabinete de Psicologia dispõe de um placard com informação importante para familiares e funcionários da Residência. Esta informação é trabalhada de forma a ser acessível, ou seja, de fácil leitura e compreensão. Os temas são diversos, e têm sempre a ver com a necessidade de se promover a qualidade de vida do idoso, e de facilitar a interação de funcionários e de familiares com os utentes: a comunicação estabelecida com o utente com demência; os comportamentos específicos da demência; estratégias facilitadoras da relação com os utentes, entre muitos outros temas.

O placard passou a ser utilizado para informação relativa à Covid-19, mas se me for permitido planeio voltar a ocupá-lo com informação de outra ordem, uma vez que não sabemos quanto tempo continuaremos a viver em pandemia e o nosso trabalho na ERPI prossegue.

GRUPOS DE DIÁLOGO E PARTILHA COM AS AJUDANTES DE AÇÃO DIRETA

Esta atividade não chegou a ser iniciada devido à Covid-19, mas mantenho o objetivo de a desenvolver logo que seja possível. Além de não conseguir ter tempo para a iniciar, pois estou a acompanhar as visitas, as ajudantes de ação direta também

não têm sido em número suficiente para conseguirmos que despendam tempo nestes grupos.

As ajudantes de ação direta são quem presta a maioria dos serviços aos nossos idosos – uma população numerosa, com patologias associadas e grau de dependência elevado.

Trata-se de um trabalho muito exigente, que requer significativo esforço físico e capacidades técnicas para mobilizar, posicionar, etc., mas que também é exigente ao nível das emoções, das capacidades cognitivas e do psíquico, uma vez que também requer competências humanas, nomeadamente sensibilidade, respeito, empatia, disponibilidade, afeto, paciência, tolerância, a fim de se assegurar o respeito pelos direitos dos idosos e pelo seu bem-estar.

Atendendo à exigência deste trabalho, o principal objetivo destes grupos de diálogo e partilha será disponibilizar às colaboradoras um tempo e um espaço de enriquecimento teórico e emocional, tendo sempre em vista a promoção da qualidade de vida dos utentes. De entre os objetivos estabelecidos para estes grupos, destaco:

- Disponibilizar informação técnica relevante, abordando temas como a comunicação eficaz, a demência, a depressão no idoso, entre outros;
- Discutir ideias, críticas e sugestões, pois a partilha entre colaboradores garante um trabalho de melhor qualidade;
- 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;
- Tomar conhecimento das dificuldades das AAD para que os técnicos as possam ajudar;
- Partilhar as dificuldades dos técnicos para que as AAD os possam auxiliar;
- Melhorar as práticas na Residência em geral.

CONCLUSÃO

Vivemos tempos de grande instabilidade, muito dependentes da evolução da pandemia, que modificou bastante o trabalho de muitos, incluindo o do Gabinete de Psicologia.

Infelizmente, mas compreensivelmente, enquanto a pandemia durar não será possível as famílias retomarem as visitas, nos moldes de antigamente, em que entravam nas nossas instalações e conviviam de perto com os nossos utentes.

Apesar disso, continuarei a valorizar muitíssimo o trabalho realizado com as famílias e a interação entre a família e o utente, acreditando que um relacionamento assíduo e saudável com a família apenas beneficiará a saúde mental e emocional do idoso.

Temos de nos ir adaptando a esta nova realidade, sem fim à vista, e o Gabinete tem-se adaptado e modificado bastante as suas funções, de forma a responder, da melhor forma, às necessidades atuais dos nossos utentes. Não obstante, tem sido notória a necessidade de voltar a poder despende mais tempo, individualmente, aos utentes. Há que monitorizar constantemente o trabalho, de forma a adequá-lo às prioridades dos nossos idosos e às necessidades da Residência.

No acompanhamento das visitas, o Gabinete tem contado com o imprescindível apoio da equipa, nomeadamente da Diretora Técnica, da Enfermeira, das Encarregadas e de todas as Ajudantes de Ação Direta.

Qualquer que seja o nosso trabalho, o objetivo principal deve ser conceder ao idoso a qualidade de vida que merece, apostando-se permanente e prioritariamente numa relação de disponibilidade e de 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 para o ano 2021 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.

Se a situação pandémica COVID-19 se mantiver no próximo ano 2021, o plano poderá sofrer alterações, principalmente em atividades que impliquem cruzamento entre utentes e/ou colaboradores, atendendo ao risco que prevalece de contágio e propagação (visto os utentes constituírem um grupo particularmente vulnerável à Covid-19).

2. Plano de Ação 2021

2.1. Referências e Descrição

Programa

- Programa Sociocultural.

Objetivos

- Dinamizar a ERPI e Centro de Dia do CBESA, 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 de dias comemorativos: Dia de S. Martinho; Natal; Dia dos Avós; Dia da Família, entre outros);
- 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, entre outros);
- 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 de Dia; Apoio Domiciliário.

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

- 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, que se encarregará 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.

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 resposta Social.

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 (Sex)	Dia da Paz (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
6 (Qua)	Dia de Reis (Atividades da ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)
11 (Seg)	Dia Internacional do Obrigado (Atividades com resposta social SAD)
18 (Seg)	Dia Internacional do Riso (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
29 (Sex)	Dia Mundial do Puzzle (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
31 (Dom)	Dia ao contrário (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Fevereiro

14 (Dom)	Dia dos Namorados (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
16 (Ter)	Carnaval (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
22 (Seg)	Dia do Pensamento (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Março

8 (Seg)	Dia Internacional da Mulher (Atividades com resposta social SAD)
14 (Dom)	Dia da Incontinência Urinária (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
20 (Sáb)	Dia Internacional da Felicidade (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
20 (Sáb)	Chegada da Primavera (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
21 (Dom)	Dia Mundial da Árvore (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
21 (Dom)	Dia Mundial da Poesia (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
27 (Sáb)	Dia Mundial do Teatro (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Abril

1 (Qui)	Dia Internacional da Diversão no Trabalho (Atividades para colaboradores do CBESA)
2 (sex)	Sexta-Feira Santa (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
4 (Dom)	Páscoa (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
6 (Ter)	Dia Mundial da Atividade Física (Atividade para colaboradores do CBESA)
11 (Dom)	Dia Mundial da Doença de Parkinson (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
16 (Sex)	Dia Mundial da Voz (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
25 (Dom)	Dia da Liberdade (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
29 (Qui)	Dia Mundial da Dança (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Maio

1 (Sáb)	Dia do Trabalhador (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
13 (Qui)	Dia da Nossa Senhora de Fátima (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
15 (Sáb)	Dia Internacional das Famílias (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
18 (Ter)	Dia Internacional dos Museus (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Ida à Praia (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Junho

	Baile de Verão (Ativ. Grupo Animação das Instituições da Terceira Idade)
18 (Sex)	Dia Internacional do Piquenique (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
21 (Seg)	Chegada do Verão (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Julho

26 (Seg)	Dia Mundial dos Avós (Atividades ERPI e Centro de Dia)
----------	--

Agosto

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

Setembro

21 (Ter)	Dia Mundial da Doença de Alzheimer (Atividades ERPI e Centro de Dia)
23 (Qui)	Chegada do Outono (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
25 (Sáb)	Dia Mundial do Sonho (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
29 (Qua)	Dia Mundial do Coração (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Outubro

1 (Sex)	Dia do Idoso (Atividades com resposta social SAD)
1 (Sex)	Dia Mundial da Música (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
5 (Ter)	Dia Implantação da República Portuguesa (Ativ. ERPI e Centro Dia)

Novembro

1 (Seg)	Dia de Todos os Santos (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
11 (Qui)	Dia de São Martinho (Atividades da ERPI e Centro Dia)

Dezembro

1 (Qua)	Restauração da Independência (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
10 (Sex)	Dia Internacional dos Direitos Humanos (Atividades ERPI e Centro de Dia)
21 (Ter)	Chegada do Inverno (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
25 (Sáb)	Natal (Atividades com resposta social SAD)

5. Plano de Avaliação

➤ Os Intervenientes na avaliação das atividades propostas serão os Utentes, a Animadora Sociocultural, 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 utilizados 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.

5.1. 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, será sim um espaço construído essencialmente, Para e Com os utentes.

5.2. Recursos

Humanos

- Utentes;
- Animadora Sociocultural;
- Diretora Técnica;
- Elementos da Direção;
- Psicóloga;
- Equipa de Enfermagem;
- Colaboradores/as.

Materiais

- Existentes na Instituição (telefone, fotocopiadora, computador, colunas de som; impressora; retroprojeto; tinteiros, papel, mesas, cadeiras, televisão, rádio; CDs, DVD, entre outros);
- Específicos para as atividades (tintas de diversos tipos, 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, lã, entre outros).

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.
	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.
	Atividade de Carácter Religioso	➤ Promover momentos de encontro e reflexão.
Mensalmente	Comemoração do Aniversário dos Utentes	➤ Proporcionar ao Utente que faz anos um momento só para o mesmo, momento esse de festejo e confraternização.
	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 espírito 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”.	06 de Janeiro (Quarta-feira)	➤ Promover atitudes de participação e cooperação em atividades musicais; ➤ Reviver tradições populares; ➤ Promover o convívio entre os utentes e colaboradores; ➤ Promover a socialização, evitando o isolamento, a tristeza e a depressão.

Comemoração do Dia do Obrigado	Elaboração de uma lembrança para as colaboradoras (Atividade conjunta, ERPI, Cento de Dia e Apoio Domiciliário)	11 de Janeiro (Segunda-feira)	➤ Agradecer a todos os colaboradores, toda a dedicação e empenho demonstrado, tanto no cuidado com os idosos, tanto o carinho dedicado a todos, num ano tão atípico que todos passamos.
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; ➤ Promover o convívio e o bem-estar.
Comemoração do Carnaval	- Baile de Carnaval do Grupo Institucional	Em Fevereiro (a definir)	➤ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundas 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 amor	12 de Fevereiro (Sexta-feira)	➤ Relembrar hábitos, 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.
Comemoração do Dia Internacional da Mulher	- Entrega de lembranças a todas as mulheres (utentes e colaboradores) da ERPI e Centro de Dia em parceria com a resposta social do Apoio Domiciliário.	08 de Março (Segunda-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	- Preparativos para a	19 de Março	➤ Estimular a precessão da diferenciar da nova estações do

Árvore	chegada da Primavera; - Elaboração de motivos primaveris para decorar a ERPI; - Plantar uma árvore.	(Sexta-feira)	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.	29 de Março (segunda feira, visto o dia 27 ser ao sábado)	➤ Proporcionar momentos de entretenimento e intercâmbio de gerações diferentes; ➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Dia Internacional da Diversão no Trabalho	Atividade a definir	1 de Abril (quinta-feira)	➤ Proporcionar aos colaboradores um período descontraído e de convívio entre todos, uma vez que é tão importante a alegria e boa disposição no trabalho.
Atividades alusivas à Páscoa	- 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	- Caminhada ao ar livre e atividade física na praia fluvial dos olhos de água	6 de Abril (Terça-feira)	➤ Proporcionar aos colaboradores um dia descontraído e de convívio entre todos; ➤ Promover hábitos de vida saudável.
Dia Mundial da Voz	- Tarde de Karaoke	16 de Abril (Sexta-feira)	➤ Proporcionar o convívio e a boa disposição entre os Utentes.

Dia da Liberdade	- Elaborar trabalhos alusivos à “Revolução dos Cravos”	16 de Abril (Sexta-feira)	➤ Promover a cultura e desenvolver o raciocínio cognitivo; ➤ Valorizar as tradições e costumes; ➤ Proporcionar vivenciar o 25 de Abril que os mesmos tiveram.
Comemoração das Aparições de Fátima	- Visionamento de filme/documentário, sobre as aparições em Fátima	13 de Maio (Quinta-feira)	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; ➤ Proporcionar um momento lúdico.
Dia Internacional das Famílias (Sábado)	- Juntar os familiares dos nossos Utentes num lanche convívio na ERPI, com animação musical	15 de Maio (Quarta-feira)	➤ Estimular e permitir as relações interpessoais; ➤ Promover a socialização.
A ERPI e Centro de Dia vai à praia	- Passeio convívio à praia da Areia Branca	Maio (a definir)	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Baile de Verão	- Baile de verão	Junho (a definir)	➤ Promover a socialização de Utentes das várias instituições do núcleo; ➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Dia Internacional do Piquenique	- Realização de um piquenique num Parque Natural	18 de Junho (sexta- feira)	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Comemoração dos Santos Populares e Aniversário do CBESA	- Almoço no exterior (sardinhada) convívio entre idosos e colaboradores da ERPI e membros da direção.	Junho (dia a definir)	➤ Proporcionar um momento de convívio entre os Utentes e colaboradores; ➤ Promover uma tarde diferente das habituais.
Comemoração do dia dos Avós	- Atividade a definir	26 de Julho (Segunda-feira)	➤ Promover uma tarde diferente das habituais, promovendo o convívio e o bem-estar entre todos.

Ida à Praia	- Passeio convívio	Setembro (a definir)	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Dia Internacional do Idoso	- Atividade a definir em parceria com o SAD	1 de Outubro (Sexta-feira)	➤ Proporcionar o convívio entre os Utentes.
Dia de São Martinho, na ERPI.	- Tarde animada com castanha assada e água-pé	11 de Novembro (Quinta-feira)	➤ Proporcionar um momento de convívio entre os Utentes e os seus familiares; ➤ Promover uma tarde diferente das habituais.
Preparação da festa de Natal	- Elaboração de trabalhos e acessórios decorativos de Natal para decoração da Residência; - Preparação de um teatro (intervenientes colaboradoras e utentes); - Preparação de uma coreografia (a apresentar pelas técnicas).	Dezembro ao longo do Mês	➤ Desenvolver as capacidades artísticas e plásticas; ➤ Possibilitar a relação de todos com todos, criando uma corrente afetiva.
Natal	- Festa de Natal – convívio de familiares, Utentes, colaboradores e membros da direção a realizar na ERPI; - Venda do calendário construído durante todo o ano com a resposta social SAD.	21 de Dezembro (Terça-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 e colaboradores; ➤ 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€
Atividades Interinstitucionais (realizadas com o núcleo de animação)	80€
Passeios e visitas realizadas em conjunto com as respostas sociais do CBESA (apenas Centro de Dia e ERPI)	330€

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

PLANO DE AÇÃO DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD)

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no próprio domicílio, sempre que idosos, adultos ou famílias, por motivo de doença, deficiência ou outros impedimentos, não possam assegurar, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária.

Os serviços prestados pelo SAD, tem como objetivo: Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes e famílias; Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar; Contribuir para a permanência das pessoas no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a Estruturas Residenciais.

Este plano de ação tem como objetivo, descrever as atividades e ações planeadas para o ano 2021, nesta resposta social. A concretização destas mesmas atividades pode ser condicionada ou sofrer alguma alteração devido a diversos fatores.

Frequência

O SAD tem capacidade para 40 utentes, tendo acordo com o Instituto da Segurança Social para 30 utentes, sendo 12 utentes comparticipados a 7 dias e 18 utentes comparticipados a 5 dias. De momento, temos 34 utentes a usufruir do Serviço de Apoio Domiciliário.

Objetivos

Os objetivos que constituem o SAD são:

- a) Em colaboração com famílias e serviços da comunidade, responder de forma integrada às necessidades dos utilizadores;
- b) Apoiar idosos, no respetivo domicílio, permitindo assim que continuem no seu meio familiar e social evitando o recurso a estruturas residenciais;
- c) Prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades biopsicossociais aos utentes, sendo estes objeto de contratualização;
- d) Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;

- e) Promover a qualidade dos serviços prestados, tendo em conta, o respeito na sua individualidade e privacidade, assim como, nas suas convicções políticas e religiosas;
- f) Fomentar as competências de resolução de problemas;
- g) Promover a autonomia e qualidade de vida do utente;
- h) Minimizar os sentimentos de solidão e isolamento através da aproximação dos recursos comunitários do interessado, bem como, estabelecer e desenvolver atividades que promovam a comunicação e convivência;
- i) Colaborar na manutenção de um estado de saúde favorável, bem como, promover a capacidade motora, tendo em atenção o estado de saúde e recomendações médicas de cada pessoa;
- j) Orientar os familiares, incentivando-os a participar nas atividades da vida diária, bem como, o envolvimento da família na implementação do PDI;
- k) Facilitar a participação do idoso na dinâmica comunitária;
- l) Promover a intergeracionalidade;
- m) Promover um ambiente de segurança física e afetiva, prevenir os acidentes, as quedas, bem como, assegurar diariamente a prescrição médica do utente, quando este não tem família.

Serviços Prestados

A prestação dos nossos serviços passa por:

- a) Fornecimento e distribuição das refeições;
- b) Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- c) Higiene habitacional;
- d) Tratamento de roupas;
- e) Teleassistência;
- f) Apoio psicossocial;
- g) Aquisição de medicamentos;
- h) Cuidados de enfermagem;
- i) Fisioterapia;
- j) Cedência de ajudas técnicas.

Formação dos Recursos Humanos

É uma prioridade do CBESA, promover a formação dos colaboradores para garantir cada vez mais a qualidade dos serviços prestados. Para isso juntamente com a equipa técnica da ERPI elencamos um conjunto de temas a abordar em 2021 de forma a melhor capacitar os colaboradores.

Temas	Destinatários
Demência e Doença de Alzheimer	Colaboradores ERPI e SAD
Abordagem focada na pessoa idosa	Colaboradores ERPI e SAD
Luto e Morte	Colaboradores ERPI e SAD
Cuidados básicos de higiene (com a enfermeira da ERPI)	Colaboradores ERPI e SAD

Plano de Atividades

Neste plano consta as diversas atividades, as mesmas estão divididas em, Atividades Regulares e Atividades Específicas.

Atividades Regulares

Atividades / Ações de intervenção	Objetivos	Local	Cronograma
Visitas Domiciliárias	- Acompanhar a prestação dos serviços; - Elaboração do Plano Individual; - Promover estratégias de desenvolvimento da autonomia; - Envolver a família/ cuidadores nas Atividades e na dinâmica das AVD's.	Domicílios dos utentes.	Todo o Ano
Aniversário dos Utentes	- Celebração do Dia de Aniversário; - Promover festas de Aniversário no domicílio dos idosos; - Estimular a participação e confraternização.	Domicílios dos utentes.	Todo o Ano
Atendimento a utentes e familiares	- Atendimento/acolhimento e informação às pessoas carenciadas; - Orientação e acompanhamento	CBESA/Domicílio do Idoso.	Todo o Ano

	das situações; - Avaliação/ diagnóstico das situações.		
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.	Domicílios dos utentes.	Todo o Ano
Serviço de Enfermagem no Domicílio	- Avaliação das situações; - Prestar cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes.	Domicílios dos utentes.	Todo o Ano
Serviço de Fisioterapia no Domicílio	- Avaliação das situações; - Prestar cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes.	Domicílios dos utentes.	Todo o Ano
Serviço de Psicologia no Domicílio	- Avaliação das situações; - Prestar cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes.	Domicílios dos utentes.	Todo o Ano

Atividades Específicas

Atividades	Descrição	Objetivos	Local	Cronograma
Dia do Obrigado	Elaboração de uma lembrança para as colaboradoras (Atividade conjunta, ERPI e Cento de Dia e Apoio Domiciliário).	Agradecer a todos os colaboradores, toda a dedicação e empenho.	- ERPI.	8 de Janeiro
Dia do Puzzle	Realizar atividades de estimulação cognitiva.	-Estimular cognitivamente; - Promover a participação dos Utentes; - Minimizar o sentimento de isolamento e de	- Domicílios dos utentes.	Janeiro e Fevereiro

		solidão.		
Dia da Mulher	Entrega de lembranças a todas as mulheres.	- Agradecer a todos os colaboradores, toda a dedicação e empenho.	- ERPI; - Domicílios dos utentes.	8 de Março
Dia da Árvore	Oferecer uma flor a cada Utente e plantar a mesma.	- Sensibilizar os idosos para as questões relacionadas com o ambiente; - Promover a participação dos Utentes.	- Domicílios dos utentes.	Março
Páscoa	Entregar amêndoas aos utentes e colaboradores de SAD.	- Minimizar o sentimento de isolamento e de solidão.	- Domicílios dos utentes.	4 de Abril
Dia Mundial da Atividade Física	Realização de jogos tradicionais nos domicílios.	Promover uma tarde diferente das habituais, promovendo o convívio e o bem-estar entre todos.	- Domicílios dos utentes.	Abril
Dia Internacional do Piquenique	Realização de um piquenique / lanche com o utente onde for mais indicado.	- Proporcionar uma tarde diferente com lanche num local ao gosto do Utente.	- Domicílios dos utentes; - Local a definir com o Utente.	Maio, Junho e Julho
Dia mundial da Fotografia	Fazer registo de fotografias nos domicílios e entregar aos utentes.	Minimizar o sentimento de isolamento e de solidão.	- Domicílios dos utentes.	Todo o Ano
Dia Mundial do Alzheimer	Folheto informativo.	Sensibilizar os utentes e famílias à temática.	- Domicílios dos utentes.	21 de Setembro
Dia Mundial do Coração	Folheto informativo.	Sensibilizar os utentes e famílias à temática.	- Domicílios dos utentes.	29 de Setembro

Dia internacional do Idoso	Festa em ERPI.	Proporcionar uma tarde diferente com lanche convívio entre várias respostas sociais.	ERPI.	1 de Outubro
Dia de Todos os Santos	Oferecer Broas.	- Minimizar o sentimento de isolamento e de solidão.	- Domicílios dos utentes.	1 de Novembro
Natal	Venda do calendário construído durante todo o ano com a resposta social, SAD.	- Minimizar o sentimento de isolamento e de solidão.	- ERPI; - Domicílios dos utentes.	Todo o Ano

Aquisição de Material

Material necessário	Quantidade
Adquirir materiais de equipamento de Proteção Individual.	18 camisolas polares; 36 calças; 36 fardas; 18 Corta-vento.
Equipamento de cozinha.	40 Borrachas de vedação dos termos sólidos. 40 Caixas de sobremesa.
Equipamento de Dados Vitais .	3 Oxímetro

Diretora Técnica: Técnica Superior de Educação Social

Dr.ª Patrícia Domingos

CRECHE, JARDIM DE INFÂNCIA E CATL

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.

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, ajudantes de cozinha e trabalhadoras auxiliares com formação apropriada, inovadora, dinâmica e reflexiva.

Categoria	Nº de funcionários	Tipo de Vínculo
Diretora	1	Do quadro
Educadoras de Infância	6	Do quadro
Ajudante de ação educativa	10	Do quadro
Cozinheira	1*	Do quadro
Ajudantes de Cozinha	3*	Do quadro
Trabalhadora Auxiliar	3	Do quadro
Animador	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 e em Educação Pré-escolar e Ensino do 1º Ciclo do Ensino Básico.

3.4. Frequência

A Creche do Centro de Bem Estar Social de Alcanena tem capacidade para acolher diariamente 66 crianças. Tendo sido atualizado este ano o Acordo de Cooperação assinado entre a Instituição e a Segurança Social, Centro Distrital de Santarém, abrange apenas 52 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, não se encontrando preenchida na totalidade. 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 caso do Jardim de Infância.

Os grupos em Creche são constituídos por idades, tentando-se criar grupos o mais homogêneos 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. Já no pré-escolar optou-se pela criação de grupos heterogêneos, devido à facilidade de organização dos grupos, mas também tendo em consideração as Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar quando referem que a constituição dos grupos deve ter *“em conta que a interação entre crianças em momentos diferentes de desenvolvimento e com saberes diversos é facilitadora do desenvolvimento da aprendizagem. A existência de grupos com crianças de diferentes idades acentua a diversidade e enriquece as interações no grupo, proporcionando múltiplas ocasiões de aprendizagem entre crianças.”* (p.26)

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;
- Cinco 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, 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 carácter 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-educadores 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 Ação 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
<u>Famílias</u>	
♦ 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.
<u>Crianças</u>	
♦ 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 características individuais valorizando o seu ímpeto exploratório e pensamento crítico.	♦ Promover atividades que favoreçam o pensamento crítico e o espírito 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.
<u>Comunidade</u>	
♦ 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.
<u>Intervenção em Projetos</u>	
♦ 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 características, 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 características 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 09h, das 17h às 18h30;

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, JI e CATL; ♦ Crianças.



	pastas de arquivo de trabalhos, entre outros).	segurança e hábitos de higiene, horários e rotinas específicas da organização educativa; ♦ Promover atividades de autonomia e de responsabilização pelos materiais e objetos pessoais. ♦ Promover atividades de correta higienização das mãos.	
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 e CATL; ♦ Crianças.
16 de Outubro Dia Mundial da Alimentação (Semana de 14 a 18 de Outubro)	Assinalar o dia Mundial da Alimentação: ♦ Vivenciar o dia proporcionando atividades de experimentação, que sensibilizem para a alimentação saudável; ♦ Confeção de pequenas receitas saudáveis.	♦ 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, JI e CATL; ♦ Crianças.



Semana de 26 a 31 Outubro	Explorar de forma livre e acessível às crianças o Dia das Bruxas – atividades a realizar nas salas; ♦ 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.	♦ Conhecer outros hábitos e experiências culturais; ♦ Contribuir para a compreensão e aceitação de diferentes formas de estar e novos saberes; ♦ Conhecer a aplicação de frutos do Outono na confeção das broas.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche, JI e CATL; ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo; ♦ Crianças.
Novembro	♦ Implementação do projeto “Biblioteca vai e vem” (* Nota 1).	♦ Consolidar e enriquecer práticas de leitura regular; ♦ Promover o gosto pela leitura.	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Crianças; ♦ Famílias.
De 05 a 11 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.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
partir de 23 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 famílias; ♦ 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, confeccionam um presente de Natal para os pais/família.	♦ 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; ♦ Famílias.
06 Janeiro	♦ Comemoração do dia de reis.	♦ Preservar e vivenciar tradições.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e e JI; ♦ 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, JI e CATL; ♦ Crianças.
Fevereiro	♦ Decoração dos espaços e placares do Centro Educativo com projetos desenvolvidos pelas crianças de cada sala; ♦ Festa de carnaval na própria sala.	♦ Desenvolver capacidades ao nível da representação criativa; ♦ Expressar escolhas, tomadas de decisão 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, JI e CATL; ♦ Crianças.
21 Março	♦ Vivências do Dia Mundial da Floresta: ♦ Realização de atividades de germinação e plantação em vasos; ♦ Elaboração de desdobrável e/ou postais alusivos a esta iniciativa e à necessidade de preservar o meio ambiente.	♦ 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; ♦ Animador Sócio Cultural desportivo; ♦ Crianças.
Março /Abril	Projeto de Páscoa / Primavera ♦ Explorar os vários símbolos relativos à quadra; ♦ Exploração de canções e poemas; ♦ Decoração dos Espaços do Centro Educativo com motivos relacionados com a quadra; ♦ Construção de painéis.	♦ Observar a natureza e principais alterações no 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 características da primavera.	♦ 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.



26 a 30 de Abril	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.	♦ 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.
13 de Maio 2021 - 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 (tendo em consideração a situação pandémica).	♦ 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 (tendo em consideração a situação pandémica).	♦ Recriar tradições populares.	♦ Toda a comunidade Educativa; ♦ Crianças.
Junho	Passeio escolar de final de ano - Local a designar (tendo em consideração a situação pandémica).		♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL; ♦ Crianças.
Final de Junho	Festa de final de ano: ♦ Participação e apresentações de todas as crianças do CBESA, excetuando-se o berçário, para os pais (tendo em consideração a situação pandémica).	♦ Criar oportunidades de convívio e de divertimento.	♦ Toda a comunidade Educativa; ♦ Crianças.
Durante o ano letivo (em datas a definir)	Desenvolvimento de um programa de competências socio-emocionais, para as crianças de pré-escolar.	♦ Criar oportunidades de reflexão, através do jogo, com vista a promoção de competências socio-	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Crianças;

Em data a definir		emocionais.	♦ Psicóloga.
	Promover o projeto “Sobre rodas) (*Nota 2)	♦ Criar oportunidade de contato com a bicicleta; ♦ Promover o gosto pela atividade física, nomeadamente através da utilização da bicicleta; ♦ Promoção da mobilidade ativa e sustentável.	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Crianças (5 anos); ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo.

***Nota 1** – O projeto “Biblioteca vai e vem”, muito resumidamente, consiste em as crianças levarem livros para casa, e lerem com as famílias, fazendo o registo e explorando o livro. Devido à situação pandémica pela qual atravessamos, será feita uma cópia dos livros para posterior plastificação, de modo a facilitar a higienização do mesmo. Atendendo à necessidade de ter uma maior diversificação de livros, o projeto prevê a aquisição de 2 livros mensais (até ao valor de 25€).

***Nota 2** – O projeto “Sobre Rodas”, resumidamente, consiste na possibilidade de as crianças terem um primeiro contato com a bicicleta, inicialmente sem pedais, para posteriormente passarem a andar com pedais. Será necessário inicialmente a aquisição de 3 bicicletas sem pedais e 3 capacetes, e posteriormente uma bicicleta com pedais.

Diretora Pedagógica

Dr.ª Marlene Jorge

PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO DESPORTIVA

Centro Educativo

A promoção da atividade física em crianças nestas idades é fundamental para que elas estimulem o desenvolvimento das habilidades motoras. De facto, o movimento, especialmente durante brincadeiras ativas, constitui o substrato da atividade física ao longo dos primeiros anos da infância e durante o período que leva à adolescência e à idade adulta. Assim, é fundamental que o Centro Educativo continue a manter nesta área uma responsabilidade ativa no desenvolvimento psicomotor das

suas crianças, para que possam desde o início da sua vida manter hábitos de vida saudáveis “brincando ao desporto”.

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 2020 a Junho de 2021

Creche:

Sala dos Traquinas (aula realizada na sala), Quartas das 09h30 às 10h00;

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

Periodicidade: de Outubro de 2020 a Junho de 2021

Jardim de Infância:

Sala Verde (aula realizada na Sala Amarela), Terças das 10h00 às 10h45;

Sala Vermelha (aula realizada na Sala Amarela), Segundas das 10h00 às 10h45.

Objetivos: Apendicular 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 (Condicionado à Covid-19)

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

Periodicidade: De Janeiro de 2021 a Julho de 2021, Sextas 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 presente plano pretende definir as principais linhas orientadoras da atividade e serviços do Hospital do Centro de Bem Estar Social de Alcanena tendo como prioridade o bem-estar dos utentes e as suas necessidades de vida diária, bem como ter uma oferta expansiva a nível de especialidades médicas.

Como ponto forte contamos com mais de 100 anos de história da Instituição, contando com a confiança depositada na nossa entidade pelos utentes e familiares que se observa pela procura crescente dos nossos serviços.

Segundo o INE entre 2015 e 2080, de acordo com o cenário central de projeção: Portugal perderá população, dos atuais 10,3 para 7,5 milhões de pessoas, ficando abaixo do limiar de 10 milhões, em 2031.

O número de jovens diminuirá de 1,5 para 0,9 milhões; mesmo admitindo aumentos no índice sintético de fecundidade, resulta, ainda assim, uma diminuição do número de nascimentos, motivada pela redução de mulheres em idade fértil, como reflexo de baixos níveis de fecundidade registados em anos anteriores.

O número de idosos passará de 2,1 para 2,8 milhões.

Face ao decréscimo da população jovem, a par do aumento da população idosa, o índice de envelhecimento mais do que duplicará, passando de 147 para 317 idosos, por cada 100 jovens, em 2080.

O índice de envelhecimento só tenderá a estabilizar na proximidade de 2060, quando as gerações nascidas num contexto de níveis de fecundidade abaixo do limiar de substituição das gerações já se encontrarem no grupo etário 65 anos e mais.

Estas tendências são em geral transversais a todas as regiões NUTS II (Norte, Centro, Área Metropolitana de Lisboa, Alentejo, Algarve, e regiões autónomas da Madeira e dos Açores).

A população em idade ativa diminuirá de 6,7 para 3,8 milhões de pessoas. O índice de sustentabilidade (quociente entre o número de pessoas com idades entre 15 e 64 anos e o número de pessoas com 65 e mais anos) poderá diminuir de forma acentuada, face ao decréscimo da população em idade ativa, a par do aumento da população idosa. Este índice passará de 315 para 137 pessoas em idade ativa, por cada 100 idosos, entre 2015 e 2080.

Segundo o Instituto Nacional de Estatística a esperança de vida à nascença em Portugal foi estimada em quase 81 anos (80,93), sendo 77,95 anos para os homens e 83,51 anos para as mulheres no período 2017-2019, com isto pretende-se dizer que a população está cada vez mais idosa e estas unidades são muito importantes pois são uma estrutura de retaguarda à família, que tem que trabalhar não podendo prestar alguns cuidados inadiáveis aos seus familiares.

O Hospital do CBESA é uma garantia, para o internamento de utentes com doenças prolongadas, assim como, para a recuperação de pessoas pós cirúrgicas e ou com alta médica em outra unidade hospitalares, assim sendo os internamentos podem ser de longa duração ou de curta duração. Ambos os tipos de internamento têm como finalidade a recuperação dos utentes e proporcionar cuidados que previnam e retardem o agravamento da situação de dependência dos mesmos, favorecendo o conforto e a qualidade de vida não só ao utente mas também à sua família.

É objetivo da Instituição melhorar o desempenho e alcançar resultados em todas as áreas incluindo novas especialidades médicas que possam melhorar o bom funcionamento do concelho onde o Hospital se encontra inserido.

Atualmente, temos todos os utentes em regime particular, uma vez que os serviços da ADSE cortaram os protocolos com a Instituição, a ADSE salvaguarda única e exclusivamente 30 a 90 dias por utente que dependa desse subsistema de saúde, consoante as necessidades de cada utente, se assim se justificar.

Assim sendo, teremos de repensar novas alternativas, das quais destacamos as seguintes:

- Continuar a melhorar a qualidade e o acesso efetivo dos utentes e ou cidadãos, quer ao nível da organização dos serviços, quer ao nível da prestação dos cuidados de saúde;
- Garantir a sustentabilidade económica e financeira do Hospital;
- Fomentar um maior protagonismo dos cidadãos na utilização dos nossos serviços;
- Aprofundar a cooperação no domínio da saúde, atualmente em conversação com o Dr. João Belchior incluindo a implementação de mais especialidades médicas;
- Continuar a promover protocolos com as principais seguradoras.

Nesse âmbito, o Hospital do CBESA pretende ser reconhecido como uma organização que adota a seguinte Missão, Visão e Valores:

Missão

O Hospital do Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA) tem como Missão desenvolver a sua intervenção na área social, e nos cuidados de saúde com internamento de pessoas com doenças prolongadas, bem como com pessoas para recuperação após intervenções cirúrgicas, prestando cuidados de saúde e de apoio social a pessoas em situação de dependências temporárias ou permanentes promovendo a solidariedade e a qualidade de vida e a dignidade humana, apostando na 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.

Visão

É ser uma unidade de saúde / Instituição de referência, reconhecida e certificada pela qualidade dos seus serviços, baseada no trabalho de equipa e numa gestão sustentável consolidando as respostas sociais, atuando de uma forma proactiva às necessidades emergentes da comunidade melhorando o bem-estar e condições de vida dos utentes.

Valores

O Hospital do CBESA tem os seguintes princípios e valores:

- Da humanização dos cuidados – garantia do respeito pela dignidade humana, nomeadamente no que concerne ao direito dos utentes à sua privacidade, à confidencialidade da informação, à preservação da sua identidade, à não discriminação ao esclarecimento dos utentes sobre a sua situação de saúde;
- Da ética assistencial – observância dos valores éticos e deontológicos que enquadram o exercício da atividade dos diferentes grupos profissionais;

- Do envolvimento da família – facilita, incentiva e apoia a participação da família, elemento determinante da relação humanizada, na definição e desenvolvimento do plano individual de intervenção do utente;
- Da continuidade e proximidade de cuidados – resposta às necessidades de cuidados numa perspetiva articulada de intervenção mantendo, sempre que possível, os utentes dentro do seu enquadramento social e comunitário;
- Do rigor e transparência – relacionamento rigoroso e transparente com todos os interlocutores, consolidando assim a credibilidade institucional;
- Da responsabilização e hierarquização – promoção de uma cultura de responsabilização, comprometendo dirigentes, profissionais e colaboradores que desempenhem funções no sentido de um escrupuloso cumprimento das normas, regras e procedimentos definidos;
- Da multidisciplinaridade e interdisciplinaridade – união do trabalho de equipa como um dos pilares fundamentais para a melhoria contínua da qualidade de vida dos utentes.

Sala de Snoezelen

Durante o ano 2021 pretende-se colocar em funcionamento a sala de Snoezelen, melhorando o desempenho das funções cognitivas dos utentes. O animador cultural irá dar início a essa atividade.

O ambiente Snoezelen é repleto de materiais e equipamentos multissensoriais, permitindo a estimulação sensorial ou o relaxamento, a estimulação/desenvolvimento de competências cognitivas, comunicativas, sociais, motoras e educacionais; a promoção de atividades lúdicas e de lazer.

A terapia Snoezelen proporciona conforto, através de estímulos controlados, e oferece uma grande quantidade de sensações ao paciente. Esta técnica usa efeitos de forma individual ou combinada, cruzando música, sons, luzes, cores, vibrações suaves, entre outros.

O ambiente é seguro, promovendo o autocontrolo, autonomia, exploração e descoberta, trazendo efeitos terapêuticos e pedagógicos consideráveis. Permite

estimular os sentidos primários sem necessidade de recorrer às capacidades intelectuais, privilegiando as sensoriais.

A variedade de atividades permite que as terapias sejam únicas e adaptadas a cada pessoa, explorando, ao mesmo tempo, as necessidades e preferências do paciente, aumentando a autoestima, emoções positivas, a capacidade de iniciativa, aprendizagem e autoexpressão. Tem, por isso, um grande impacto na qualidade de vida de quem a vivência.

Esta terapia faz apelo direto à estimulação pelos sentidos, desta forma fornece experiências multissensoriais simplesmente ajustando a iluminação, a atmosfera, a temperatura os sons e estruturas para as necessidades específicas do paciente no momento do uso.

Objetivos para o ano 2021

- 1) Melhorar / manter os cuidados prestados;
- 2) Criar mais especialidades médicas;
- 3) Manter as reuniões com os colaboradores;
- 4) 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 com coordenação do enfermeiro;
- 5) Dar início aos registos geriátricos;
- 6) Colocar em funcionamento da sala de snoezelen.

Investimentos

- ✓ Adquirir fardamento para o pessoal;
- ✓ Na cozinha, fazer uma proteção de forma a esconder o cifão e evitar os maus cheiros;
- ✓ Remodelação dos vestiários das funcionárias e aquisição de cacifos;
- ✓ Aquisição de atalhados de banho para os utentes, bem como babetes;
- ✓ 4 Cadeiras de conforto;
- ✓ 8 Colchões anti- escaras;

- ✓ 10 Mesas de Apoio às Refeições.

Investimentos/ intervenções

Objetivos	Recursos Financeiros
Adquirir fardamento para o pessoal	2.000,00€
Na cozinha, fazer uma proteção de forma a esconder o cifão e evitar os maus cheiros	100,00€
Remodelação dos vestiários das funcionárias e aquisição de cacifos	3.000,00€
Aquisição de atalhados de banho para os utentes, bem como babetes	500,00€
Cadeiras de conforto	2.000,00€
Colchões anti- escaras	500,00€
Mesas de Apoio às Refeições	300,00€

Nota: Haveria muito investimento a ponderar, mas uma vez que a Direção tem planeado uma Unidade de Cuidados Continuados, com obras de grande dimensão nas atuais instalações do Hospital, não fará sentido investimento nesta fase.

Utentes e Família

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

Formação dos Recursos Humanos

A formação profissional tem um papel fulcral no desenvolvimento da carreira de qualquer profissional, e consequentemente nos cuidados prestados ao utente.

Apostar na formação dos recursos humanos é apostar na principal área chave para a competitividade.

Deste modo, é evidente que apostar na formação profissional é uma opção importante pois, permite a atualização permanente de forma a alcançar a satisfação, sendo este um dos fatores de sucesso.

ANIMAÇÃO DESPORTIVA E CULTURAL

O plano foi elaborado em parceria com o Animador Desportivo e Cultural Tiago Madeira e de uma forma geral estará adaptado a utentes idosos, pois estes são a grande prevalência nos internamentos do Hospital.

A fragilidade é uma síndrome geriátrica prevalente em idosos institucionalizados. O exercício físico adaptado e a estimulação cognitiva permitem retardar os processos de declínio do idoso. Assim, ao ser iniciado um programa regular de exercício físico em grupo e estimulação cognitiva através de atividades de animação, será uma mais-valia no que diz respeito ao serviço prestado aos utentes do Hospital.

A atividade de animação prevê a ocupação do utente e o seu envolvimento nessas mesmas atividades para que possa sentir satisfação e entusiasmo na sua realização. Participando e consciencializando-se que pode dar o seu contributo no que é proposto, fazendo com que eles se sintam mais úteis.

Objetivos Gerais

- Otimizar e compreender as funções cognitivas, as necessidades, as expectativas e as motivações;
- Trabalhar/Potenciar as dimensões física, biológica, psíquica, intelectual, emocional, cultural e social de cada indivíduo;
- Proporcionar maior qualidade de vida, sentimento de utilidade, prevenção das incapacidades e estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento ou da patologia, como processo de ativação e estimulação dos utentes;
- Proporcionar um estilo de vida mais ativo, saudável e integrado;
- Promover atividades diversas em tempo e espaço mobilizando a participação dos utentes, por forma a criar estratégias de reforço da autoestima, bem-estar de valorização e de autonomia e desenvolvimento pessoal e social.

O plano anual de atividades de Animação Desportiva e Cultural a desenvolver no ano 2021, em termos gerais, define-se pela realização das seguintes atividades:

- Animação física;

- Animação cognitiva (ou estimulação cognitiva);
- Animação através da expressão plástica;
- Animação lúdica e recreativa.

Plano de Atividades 2021

Área de Intervenção	Descrição de Atividades	Objetivos	Intervenientes	Destinatários
Animação Física	Aulas de Exercício Físico e de Mobilidade	» Combater o sedentarismo vivenciado pelos clientes no quotidiano institucional; » Melhorar o equilíbrio e coordenação motora; » Redução de Stress e Ansiedade; » Melhorar o funcionamento cardiovascular; » Fomentar o relacionamento interpessoal.	Animador Desportivo e Cultural	Utentes do Hospital
	Jogos Tradicionais			
	Caminhadas			
Animação Cognitiva	Jogos de Memória Visual	» Aumentar a atividade cerebral; » Reduzir Perdas de Memória e Velocidade Percetiva.	Animador Desportivo e Cultural	
	Jogos de Memória Musical			
	Jogos de Perguntas e Respostas			
Animação através da Expressão Plástica	Trabalhos Manuais	» Reforçar a Auto-Estima; » Exercitar a capacidade de memória e a atenção; » Manter a destreza manual; » Fomentar o convívio entre os participantes; » Valorizar as habilidades e qualidades pessoais.	Animador Desportivo e Cultural Auxiliares	
Animação Lúdica e Recreativa	Comemoração do aniversário dos utentes	» Promover a autonomia e valorização pessoal; » Preservar a cultura popular e saberes tradicionais; » Proporcionar a interação, alegria,	Diretora Animador Desportivo e Cultural	

	Comemoração de datas festivas e celebrações relevante	dinamismo entre clientes, colaboradores, familiares e comunidade; » Promover a Autonomia e valorização pessoal.	Enfermeiro Auxiliares	
--	---	--	------------------------------	--

Programa de Animação Lúdica e Recreativa

Programa de Animação Lúdica e Recreativa						
Calendarização		Descrição	Objetivos	Recursos Materiais	Indicadores/ metas pretendidas	Custos previstos
JANEIRO	Dia 6 Comemoração do Dia de Reis	Estimular diálogo; Partilha de tradições de forma lúdica e recreativa;	Manter os costumes e tradições adequadas à época.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação;	10€
		Elaboração de trabalhos manuais.	Manutenção / melhoria da motricidade fina.		Meta: a participação de pelo menos 50% dos utentes com elevado grau de satisfação.	
FEVEREIRO	Dia 14 Comemoração do dia de S. Valentim	Elaborar trabalhos manuais alusivos ao tema;	Desenvolver capacidades motoras e cognitivas;	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Velas; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação;	25€
		Decoração da sala com motivos alusivos à data; Almoço temático.	Recordar costumes e vivências do passado oriundo do meio sociocultural em que estes estão inseridos; Potenciar a transmissão de valores; Manutenção / melhoria da motricidade fina.		Meta: a participação de pelo menos 50% dos utentes com elevado grau de satisfação.	

MARÇO	Dia 16 Comemoração do Carnaval	Elaboração de Máscaras de carnaval; Assistir ao desfile de carnaval das crianças das escolas.	Proporcionar uma saída do Hospital, convívio e distração dos Utentes; Vivenciar as épocas festivas; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Elásticos; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 40% dos utentes com elevado grau de satisfação.	30€
	Dia 08 Comemoração do Dia da Mulher	Elaboração de uma lembrança para todas as utentes mulheres do Hospital.	Valorizar o papel das mulheres; Aumentar a autoestima; Desenvolver a destreza manual; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Outros materiais		20€
	Dia 19 Comemoração Dia do Pai	Elaboração de uma lembrança para oferecer a todos os Pais da Instituição.	Valorizar o papel do pai; Aumentar a autoestima; Desenvolver a destreza manual; Inspirar valores afetivos; Promover a troca de experiências; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Tintas; Molduras; Tesouras; Cola; Elásticos; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 40% dos utentes com elevado grau de satisfação.	30€
	Dia 04 Páscoa	Dialogo sobre o tema; Confeção do folar da Páscoa pelos utentes; Elaboração de trabalhos manuais / lembrança da Páscoa.	Valorização de costumes e tradições; Respeitar crenças e valores dos utentes católicos; Promover o espírito de cooperação; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Farinha; Ovos; Amêndoas da Páscoa; Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 40% dos utentes com elevado grau de satisfação.	20€
	Dia 25 Comemoração	Diálogo sobre o tema;	Valorização do sentido de liberdade de expressão;	Cartolinas; Lápis de cor;	Número de participantes; Grau de	10€

	do Dia da Liberdade	Elaboração de trabalhos manuais.	Promover a troca de experiências; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Tesouras; Cola; Outros materiais.	satisfação; Meta: a participação de pelo menos 50% dos utentes com elevado grau de satisfação.	
MAIO	Dia 02 Comemoração do Dia da Mãe	Dialogo sobre o tema; Elaboração de uma lembrança para oferecer a todos as Mães utentes do Hospital.	Valorizar o papel da Mãe; Aumentar a autoestima; Desenvolver a destreza manual; Inspirar valores afetivos; Promover a troca de experiências; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 50% dos utentes com elevado grau de satisfação.	30€
JUNHO	De 13 a 29 Comemoração dos Santos Populares (Ajustar data)	Diálogo sobre o tema; Almoço ao ar livre – Sardinha - no jardim com decoreção e música da ocasião.	Vivenciar costumes e tradições; Proporcionar convívio e alegria entre utentes e colaboradores; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Sardinhas; Assadores; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 60% dos utentes com elevado grau de satisfação.	50€
JULHO	Dia 26 Comemoração do Dia dos Avós	Elaboração de Painel com mensagens.	Promover a autoestima; Valorizar o papel dos avós Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 50% dos utentes com elevado grau de satisfação.	10€

SETEMBRO	Dia 21 Comemoração do Dia Mundial da Paz	Dialogar sobre o significado da “Pomba da Paz”; Elaborar um cartaz referente ao tema; Libertação de balões brancos com mensagens de Paz.	Contribuir para o despertar de novos interesses; Sensibilizar e despertar atitude para um Mundo melhor; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Balões; Hélio; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 50% dos utentes com elevado grau de satisfação.	30€
	Dia 01 Comemoração do Dia Internacional do Idoso	Realizar um lanche diferente com a presença de crianças.	Reconhecer a importância dos avós na família; Promover o convívio entre idosos e crianças.	Lanche para as crianças.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 60% dos utentes com elevado grau de satisfação.	10€
NOVEMBRO	01 Comemoração do dia de todos os Santos	Elaborar um saquinho do “pão por Deus”.	Valorização de costumes e tradições; Respeitar crenças e valores dos utentes católicos; Promover o espírito de cooperação; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Sacos de papel. Outros materiais	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 40% dos utentes com elevado grau de satisfação.	25€
	Dia 11 Comemoração do dia de S. Martinho	Promover um diálogo sobre a Lenda de S. Martinho; Realizar um magusto; Elaborar um painel alusivo ao Dia de S. Martinho.	Proporcionar momentos de lazer e convívio; Preservar a tradição Portuguesa; Sensibilizar para ajudar ao próximo e a prática de ações de solidariedade; Manutenção / melhoria da motricidade fina.	Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Castanhas; “Jeropiga”; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 40% dos utentes com elevado grau de satisfação.	30€

DEZEMBRO	Dia 25 Natal	Elaboração da decoração de Natal;	Promover a vivência do espírito natalício.	Efeitos de natal, Árvore de Natal; Cartolinas; Lápis de cor; Tesouras; Cola; Outros materiais.	Número de participantes; Grau de satisfação; Meta: a participação de pelo menos 80% dos utentes com elevado grau de satisfação.	80€
		Entrega de lembrança de Natal aos utentes.				

PLANO DE ATIVIDADES SEMANAL					
Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
10h-11h	Atividades Lúdicas e Recreativas/ Expressão Plástica				Atividades Lúdicas e Recreativas/ Expressão Plástica
11h00 – 12h00	Atividades Lúdicas e Recreativas/ Expressão Plástica	Aulas de exercício físico e de mobilidade	Atividades Lúdicas e Recreativas/ Expressão Plástica	Aulas de exercício físico e de mobilidade	Atividades Lúdicas e Recreativas/ Expressão Plástica
12h00-13h00		Atividades Lúdicas e Recreativas/ Expressão Plástica		Atividades Lúdicas e Recreativas/ Expressão Plástica	Registos Individuais

Os planos poderão sofrer alterações

A Responsável

D. Cristina Adão

PLANO DE AÇÃO DE FISIOTERAPIA

Introdução

Em 2019 o índice de dependência do idoso era de 34,2%, contrastando com os 12,7% registados em 1961. Apesar da esperança média de vida estar a aumentar progressivamente, com ela aumenta também a dependência dos mais velhos, levando cada vez mais à procura de instituições.

No município de Alcanena existiam em 2018, 12.911 pessoas e uma média de 204 idosos por cada 100 jovens. Tendo sido registados 155 óbitos e apenas 82 nascimentos, existindo assim um saldo negativo de -73,26% da população tem mais de 65 anos e 61,2% encontra-se em idade ativa (15-64 anos).

Na União Europeia em 2017 cerca de 28,1% do PIB foi gasto em pensões ou em despesas de proteção social. O gasto com o envelhecimento tem vindo a ser uma grande fatia das despesas dos países desenvolvidos, sendo urgente a aprovação e implementação de projetos que promovam o envelhecimento ativo, e o estilo de vida saudável. A construção de infraestruturas capazes de receber os mais velhos é importante para que estes consigam continuar a trabalhar mesmo com algumas limitações físicas, tornando-os mais autónomos e independentes.

Os serviços SAD têm mostrado um importante apoio para as ERPI, que na maioria das regiões do nosso país não têm capacidade de resposta para a procura. Estes serviços têm cada vez mais o apoio de equipas multidisciplinares.

O idoso está a mudar, e somos hoje os idosos do amanhã, mais exigentes, mais responsáveis, com maior conhecimento e escolaridade. As instituições têm assim de se adaptar a uma nova realidade, procurando criar serviços diferenciados, prestados por colaboradores com formação adequada.

O serviço de Fisioterapia do CBESA tem 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 exercício físico, o aumento da autonomia nas ADV's, são trabalhados, tentando diminuir ao máximo o aparecimento de lesões. Cada utente é tratado como único e tendo sempre em conta as suas

necessidades, objetivos, e dificuldades. Todos os utentes são avaliados, é traçado um plano de tratamento e este é cumprido de forma individualizada.

O serviço de fisioterapia decorre na resposta social do Hospital de Alcanena, na Residência para Idosos (ERPI), no Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e na Creche. A equipa de reabilitação é apenas constituída por 1 fisioterapeuta o que dificulta o apoio a todos os utentes, no entanto todos os outros funcionários têm um papel preponderante na reabilitação de cada indivíduo, procurando promover a marcha e a autonomia de cada idoso.

Dada a situação atual do nosso país e a COVID-19, foram feitas algumas alterações no serviço. Atualmente não é realizado o serviço na Creche, e o Serviço de Apoio Domiciliário está a ser analisado. Estão a ser tomadas todas as medidas de proteção aprovadas pela DGS no atendimento a todos os utentes dentro da Instituição e que procurem o nosso serviço.

Planificação das atividades de Fisioterapia para 2021

Tal como nos anos anteriores, o serviço de Fisioterapia do CBESA continua com o objetivo de promover a máxima independência e funcionalidade aos indivíduos, melhorando o seu potencial a nível motor e cognitivo.

O Fisioterapeuta tem um papel fundamental na recuperação, reeducação e prevenção de incapacidades em todas as faixas etárias. É de salientar a importância do acompanhamento dos utentes por parte dos seus familiares, informando-os e alertando-os acerca de alguns aspetos importantes que devem ter em conta, tanto na recuperação como na prevenção de lesões.

Nas 4 respostas sociais do CBESA (ERPI, SAD, Creche e Hospital) serão realizadas algumas atividades, 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;
- Auscultação e eliminação/fluidificação de secreções;
- Entre outras.

Cada utente é avaliado de forma individual, sendo o plano de tratamento traçado tendo em conta as suas necessidades, os objetivos, e os objetivos dos familiares. Após aprovado o plano de tratamento, o tratamento do utente é realizado de forma individual.

As “atividades” acima descritas são meramente representativas das atividades realizadas com a maioria da população, na realidade a fisioterapia do CBESA abrange diferentes áreas, sendo elas principalmente: Músculo-Esquelética, Cardio-respiratória, Neuro-muscular.

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 (SAD);
- Crianças das salas de berçário da Creche.

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;
- Maximizar a eliminação de secreções nas crianças.

Estratégias de intervenção

Antes de qualquer intervenção é importante ouvir cada pessoa, assinalar quais os seus principais problemas/dificuldades, e quais os seus objetivos com o tratamento. 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.

Todos os utentes devem ter indicação clínica para a realização de fisioterapia, ou serem encaminhados pelo Diretor Clínico.

Atividades

1. Hospital de Alcanena¹

- Atendimentos individuais de utentes externos;
- Atendimentos individuais de utentes internados;
- Dinâmicas de grupo;
- Elaboração de cartazes e folhetos com o objetivo de sensibilizar e reeducar a população, promovendo a saúde e a doença;
- Contacto e ensino de familiares na prestação de cuidados aos seus familiares.

2. Residência para Idosos - ERPI

- Atendimentos individuais de utentes internados;
- Contacto e reeducação de familiares;

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

- Saídas para a zona exterior ao edifício, sempre que a capacidade do utente o permita, de forma a melhorar a estimulação sensorial e proprioceptiva.

3. Apoio ao Domicílio - SAD

- Atendimentos individuais ao utente;
- Contacto e ensino de familiares na prestação de cuidados ao utente.

4. Creche

- Contacto com educadores e pais, com o objetivo de conhecer os principais problemas de cada criança;
- Procurar diminuir infeções respiratórias típicas da infância;
- Alertar pais e educadores para possíveis sinais de alerta nas infeções respiratórias dos mais pequenos;
- Sinalização precoce de atrasos no desenvolvimento e implementação de estratégias corretivas.

Avaliação

Nas sessões de fisioterapia é realizada uma avaliação inicial, através de observação e preenchimento de uma ficha individual 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.

Cronograma – Ações Individuais

Data / Comemoração	Atividade	Material
4 Fevereiro - Dia mundial da luta contra o cancro	• Elaboração de cartaz.	Computador, impressora.
14 Março - Dia da incontinência urinária	• Elaboração de cartaz de folheto; • Promoção de uma aula prática para as funcionárias.	Computador, impressora, colchões, bolas.
6 Abril - Dia mundial da atividade física	• Passeio com os idosos e realização de diversas atividades no exterior (a atividade depende das condições meteorológicas).	Bolas, bastões.
7 Abril - Dia mundial da saúde	• Elaboração de cartaz; • Passeio com os idosos (a atividade depende das condições meteorológicas).	Computador, impressora.
11 Abril - Dia mundial da doença de Parkinson	• Elaboração de cartaz.	Computador, impressora.
20 Maio - Dia mundial da luta contra a obesidade	• Elaboração de cartaz; • Passeio com os idosos (a atividade depende das condições meteorológicas).	Computador, impressora.
31 Maio - Dia mundial da esclerose múltipla	• Elaboração de cartaz informativo; • Promoção de sessão de esclarecimento.	Computador, impressora.
8 Setembro - Dia mundial da fisioterapia	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Passeio com os idosos e realização de atividades (a atividade depende das condições meteorológicas).	Computador, impressora.
21 Setembro - Dia mundial da doença de Alzheimer	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Jogos de estimulação cognitiva com os idosos.	Computador, impressora.
29 Outubro - Dia mundial do AVC	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Elaboração de folheto para os cuidadores.	Computador, impressora.

❖ Todas as atividades 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	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.
31 Maio Dia internacional da Esclerose Múltipla - Sessão de esclarecimento	Hospital	Utentes, funcionários e familiares.	A Esclerose Múltipla afeta muitas pessoas em Portugal. A maioria da população não está familiarizada com a doença nem sabe o que pode fazer para diminuir os seus sintomas. - Com a sessão de esclarecimento pretende-se alertar e esclarecer a população acerca da Esclerose Múltipla.
“Oficina da Memória – Relembrar hoje, e não esquecer amanhã”	Hospital	Idosos institucionalizados no Hospital	- Melhorar, manter, e estimular a memória dos idosos. - Prevenir o aparecimento de demência. - Estimular a cognição.
Sessões de preparação e recuperação do parto	Hospital	Grávidas e parceiros; Mamãs recentes e familiares.	Após pesquisa verificou-se que não existe curso de recuperação do parto na localidade, o que poderia vir a ser uma fonte de rendimento para a Instituição. A população ganharia um novo serviço. Em alguns módulos poderia ser realizada uma parceria com o serviço de enfermagem da Instituição.

A maioria das atividades propostas repetem-se relativamente ao ano anterior, uma vez que não foram elaboradas. A ausência da existência do serviço entre Fevereiro e Agosto comprometeu o cumprimento do plano proposto no ano anterior.

A Instituição não terá qualquer custo com as atividades, uma vez que possui todo o material necessário. As palestrantes convidadas para abordar os temas da incontinência e da esclerose múltipla fá-lo-ão de forma gratuita.

O projeto de preparação e recuperação do parto também não terá qualquer custo adicional para a Instituição, todo o material já existe no serviço de fisioterapia. Dada a situação pandémica da COVID-19 seria uma mais-valia a existência de sessões individualizadas, onde a grávida e posteriormente recém-mamã e bebé não tivessem

de contactar com outras pessoas, e continuassem a ser acompanhadas por profissionais que conseguissem dar apoio a diferentes níveis.

Para além das atividades desenvolvidas pela fisioterapia especificamente, existe ainda a colaboração noutras atividades desenvolvidas por colegas de outras áreas, sempre no sentido de promover o bem-estar, convívio e entretenimento dos nossos utentes.

Técnica Superior de Fisioterapia

Dr.ª Ana Margarida Neto

PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM DO HOSPITAL

O plano de ação apresentado insere-se no campo de atuação da Enfermagem na valência Hospital do Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA), com o objetivo de se planejar as intervenções a serem desenvolvidas no próximo ano de forma a manter e se possível melhorar a resposta dada nos cuidados de Enfermagem ao utente de uma forma holística.

A concretização do plano de Enfermagem vai de encontro à criação de objetivos com foco na melhoria de cuidados e com o intuito de promover a saúde e prevenir a doença.



Gráfico 1

Atualmente, e de acordo com o Gráfico 1 acima representado, o Hospital tem 23 utentes, sendo 6 o número de Homens e 17 o número de Mulheres, tendo ainda capacidade para comportar mais 9 utentes.

No entanto, de acordo com as novas indicações decorrentes do plano de contingência da covid-19 esta gestão das vagas teve que ser feita de acordo com o salvaguardar sempre zonas e/ou quartos de isolamento profilático. No limite conseguimos preencher 30 vagas, uma vez que temos de ter pelo menos um quarto disponível e os quartos com menor número de camas são quartos duplos.

A idade dos utentes internados varia entre os 69 e os 100 anos de idade. A idade é indubitavelmente um dado muito importante para a Enfermagem, uma vez

que na identificação e planificação dos cuidados é importante categorizar o grau de dependência nas AVD's e consequentemente projetar o número de horas de cuidados para os utentes. Verifica-se que a média de idades é de 86,9 anos, o que nos remete a um pensamento mais geriátrico aquando interligado com a senilidade e senescência. (Gráfico 2).

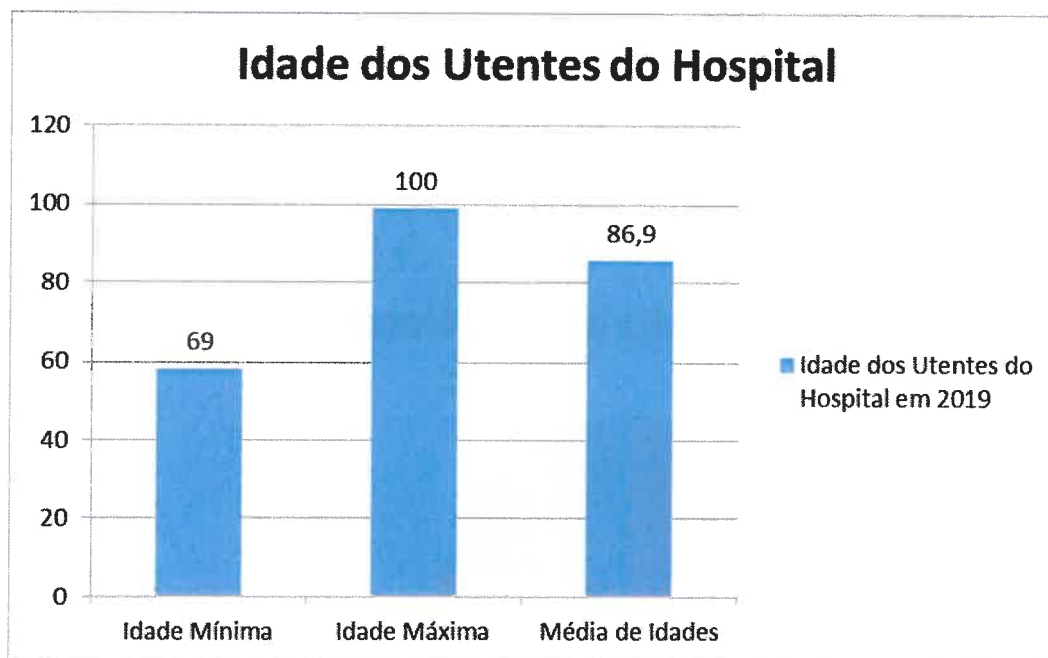


Gráfico 2

Ainda, interligando o fator idade ao fator de senilidade, é importante realizar uma análise das patologias predominantes no serviço, uma vez que estas tendem a ser proporcionais à idade e à dependência.

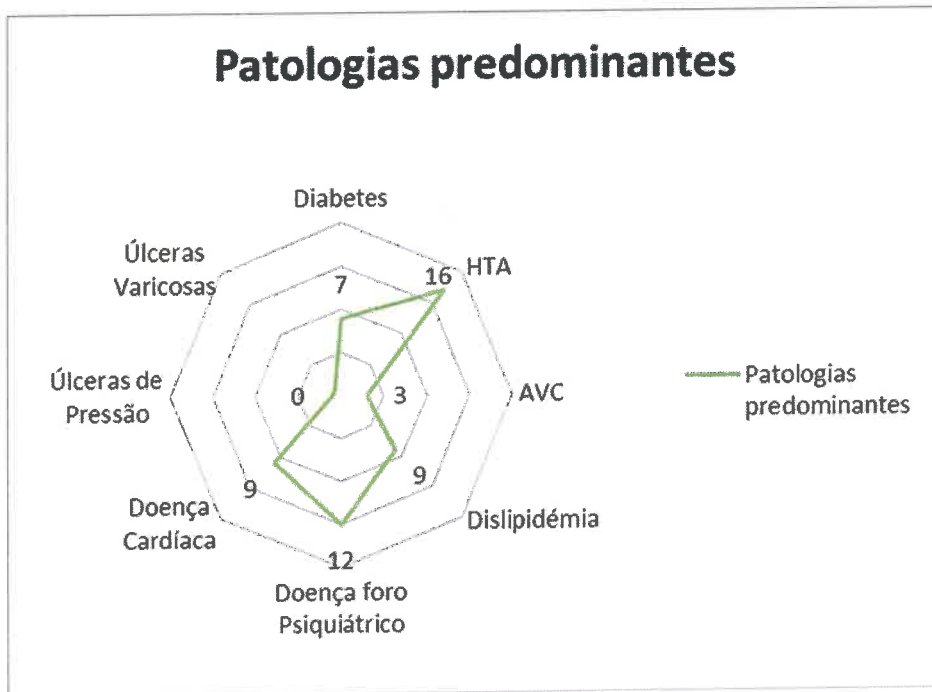


Gráfico 3

No Gráfico 3, pode-se verificar que de um modo geral, os 23 utentes apresentam pelo menos uma patologia incapacitante, pelo que é necessária a intervenção de terceiros, quer a nível da prevenção primária (promoção da saúde), prevenção secundária (diagnóstico e tratamento precoce) e prevenção terciária (reabilitação).

Deste modo, as patologias mais predominantes no serviço são a Hipertensão Arterial (HTA) – 16 utentes; doenças do foro Psiquiátrico – 12; doença Cardíaca – 9; Diabetes Mellitus, Tipo 1 (insulinodependentes) - 4, Tipo 2 (antidiabéticos orais) – 3; Dislipidémia – 9; Acidente Vascular Cerebral (AVC) – 3. Incluí no gráfico as Úlceras de Pressão e Úlceras Varicosas para mostrar que embora sejam patologias muito frequentes nestas idades e nível elevado de dependência, no serviço não temos presentemente qualquer uma destas situações, o que irrefutavelmente se traduz numa prestação de cuidados com enfoque no bem-estar do utente e na minimização das suas co-morbilidades.

Além das patologias anteriormente referidas como predominantes, identifico invariavelmente potenciais problemas que possam advir da situação pessoal de cada utente, relativamente aos quais posso intervir e de acordo com as competências que me são aferidas.

Intervenções essas que são sistematicamente prescritas, implementadas e avaliadas, contribuindo para evitar o agravamento desses mesmos problemas ou a minimização de novos. Face a essas intervenções e para continuar a progredir tanto na prestação de cuidados como na planificação dos mesmos, depreende-se:

- **Continuidade e melhoria dos cuidados de saúde, através de:**
 - Promoção da saúde;
 - Prevenção de agudizações;
 - Detecção precoce de potenciais problemas de saúde;
 - Check-up da evolução dos problemas crónicos;
 - Promoção da autonomia e independência;
 - Promoção do desenvolvimento das potencialidades;
 - Vigilância do estado geral do utente;
 - Avaliação do processo de saúde/doença de cada utente;
 - Observação física e psicossocial do utente;
 - Personalização dos cuidados;
 - Trabalho em equipa multidisciplinar;
 - Promover espírito de entreajuda e solidariedade;
 - Acompanhamento individualizado do utente;
 - Administração da medicação;
 - Potenciar a integração familiar na tomada de decisão;
 - Prestar suporte aos familiares de cada utente e permitir uma elucidação do estado do utente;
 - Formar parceria com as famílias nos cuidados;
 - Promover a dignidade na morte;
 - Apoiar e respeitar as famílias no luto.

- **Aumento progressivo da 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;
- Aumento de formação pessoal sobre temáticas pertinentes para o desenvolvimento pessoal e profissional;
- Criação de Protocolos de Atuação (HTA, Hiperglicemia, Hipoglicemia, Higienização das mãos);
- Reuniões com colaboradores e Direção do CBESA;
- Fortalecer o processo de acolhimento dos novos colaboradores.

• **Cuidados de Enfermagem a implementar:**

- Avaliação de glicemia capilar;
- Administração de insulina conforme esquema terapêutico;
- Monitorização de Sinais Vitais (tensão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória, temperatura e dor) uma vez por semana;
- Preparação e Administração de Terapêutica;
- Administração de vacina da gripe a todos os utentes e Prevenar 13 (ao grupo de utentes Diabéticos);
- Realização de tratamentos a feridas (úlceras, esfacelos);
- Realização de oxigenioterapia;
- Realização de aerossolterapia;
- Introdução e manutenção de sonda rectal, vesical e nasogástrica;
- Otimização de sonda rectal, vesical e nasogástrica;
- Colocação de cateter venoso periférico e otimização;
- Administração de soros e medicação endovenosa;
- Realização de posicionamentos, mobilizações e transferências;
- Administração, supervisão, e vigilância da alimentação do utente;
- Marcação e preparação de documentos para acompanhar o utente nas consultas de especialidade médica no exterior do serviço;
- Elaboração da lista semanal de terapêutica em falta;
- Facultar as receitas médicas aos familiares dos utentes;
- Facultar/informar de alterações terapêuticas;

- Estabelecer parceria com as famílias e discussão de tratamentos e decisões terapêuticas a tomar.

- **Manter ao público exterior ao Hospital a possibilidade de obtenção de serviços de Enfermagem:**
 - Administração de injetáveis (Intramuscular, endovenoso e subcutâneo);
 - Realização de pensos (cirúrgicos e não cirúrgicos, úlceras, queimaduras, esfacelos, entre outros);
 - Algaliação;
 - Avaliação da TA, FC, SpO₂, Temperatura corporal;
 - Avaliação da Glicemia capilar;
 - Entubação Nasogástrica.

- **Aprimorar e reforçar a relação multidisciplinar.** Diretor Clínico Dr. João Grilate, Fisioterapeuta Ana Margarida, Animador sociocultural Tiago Madeira, Cristina Adão, Ana Lopes, Rosa Ferreira e auxiliares de Enfermagem, de forma a obter uma resposta mais individualizada possível e prestar cuidados de qualidade quer no processo de saúde quer no processo de doença.

- **Coadjuvar com a equipa multidisciplinar na implementação e aperfeiçoamento do processo de acolhimento, acompanhamento dos utentes e famílias:**
 - Realizar a admissão do utente no serviço;
 - Apresentação da equipa de saúde e espaços físicos do serviço;
 - Obter junto das famílias informações cruciais para registo no processo clínico (alergias, hábitos e costumes);
 - Proceder à abertura, realização e organização do processo clínico;
 - Informar os profissionais de saúde externos, do historial clínico dos utentes;
 - Promover a intervenção dos diversos técnicos de saúde;

- Realização de relatórios clínicos com o estado geral do utente;
- Transmissão de informações a outros membros da equipa;
- Sugestão de encaminhamento para consultas médicas internas;
- Proceder ao encaminhamento do utente para o serviço de urgência sempre que avaliado e necessário para garantir continuidade dos cuidados diferenciados.

- **Gestão e otimização de recursos:**

- Criar sistema informático de contabilização de material;
- Realizar a requisição de material semanalmente;
- Repor stocks de produtos essenciais;
- Gestão e organização do serviço;
- Gestão de recursos materiais e humanos;
- Revisão da mala de Emergência;
- Controlar prazos de validade dos produtos;
- Controlar o armazém, a entrada e saída de produtos;
- Contabilizar o stock de medicação SOS;
- Repor stocks de medicação;
- Repor stocks e gerir reposição de material de incontinência afeto à instituição e/ou famílias;
- Gerir os prazos e condições ambientais de armazenamento da medicação (no gabinete de Enfermagem e na Farmácia).

Numa perspetiva de melhorar a nossa ação e resposta para com o utente, enquanto Enfermeiro, considero que seria útil:

- Adquirir um programa informático de Registos das AVD's de modo a haver um registo preciso das informações clínicas e garantir em linguagem de saúde uma transversalidade de informações. Permite também a contabilização de horas de cuidados de Enfermagem, mediante o plano de cuidados dos utentes. (Ex: Softgold, sistema de registo utilizado em outras respostas sociais do CBESA);

- Monitor de Sinais Vitais Portátil – com ecrã TFT a cores e traçado ECG.

O novo cenário resultante do surto COVID-19 impõe assumir e manter um conjunto de medidas que promovam a salvaguarda da segurança e confiança de toda a comunidade que acuta direta e indiretamente no Hospital. Assim, em estreita articulação com a Direção do CBESA, Equipa Multidisciplinar, as Autoridades de Saúde, continuaremos a assegurar a continuidade de prestação de cuidados a todos os nossos utentes, através da reorganização permanente de todas as medidas a serem implementadas, em especial àqueles que justifiquem um maior cuidado e atenção clínica. Continuação da articulação com entidades de saúde externas de forma a assegurar a realização de consultas, exames e cirurgias consideradas não adiáveis. Manter serviços como teleconsultas e videochamadas, de forma a promover o acompanhamento clínico e familiar, não presencial, dos nossos utentes, minimizando os vetores de contaminação do novo corona vírus. Manter e reforçar um rigoroso Plano de Contingência, com o objetivo de conter a propagação da doença. Reforçar os procedimentos de segurança no momento de entrada, no Hospital, de todos os utentes e colaboradores através da realização de um inquérito epidemiológico e clínico dirigido à Covid-19. Sensibilizar todos os utentes, colaboradores e profissionais para a necessidade de utilização de equipamento de proteção individual em função de cada situação em concreto. Evitar a concentração de pessoas nos diversos espaços do Hospital. Trabalhar em estreita colaboração com todas as entidades públicas e privadas para minorar os efeitos desta pandemia no âmbito das orientações das Autoridades de Saúde Nacionais. Acompanhar a evolução da atual situação e promovermos todas as iniciativas que se entenderem necessárias para, solidariamente, contribuírmos para ultrapassar esta gravíssima situação.

Enfermeiro

Óscar Lopes

PLANO DE AÇÃO DA CASA DE ABRIGO PARA MULHERES VÍTIMAS DE VIOÊNCIA 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 filho/a(s) menores ou em situação de dependência/incapacidade, 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 várias vertentes, e essas mesmas atividades estão assentes nos seguintes âmbitos:



Esquematização das áreas constantes no plano de ação



1. INTERVENÇÃO INDIVIDUAL COM AS UTILIZADORAS

1.1. Atendimentos Psicossociais com produção de relatórios sempre que necessário

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.

1.2. Acompanhamento de questões relacionadas com a 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.

1.3. 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); - Intervenção na crise.	- 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.

1.4. Acompanhamento 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 2020/2021 a sua terceira edição.

1.5. Apoio jurídico

Área de intervenção	Objetivos	Atividades
Jurídica	- Acompanhar e orientar os processos judiciais respeitantes à problemática da violência	- Consultoria jurídica no âmbito dos processos de queixa - crime; - Consultoria no âmbito dos processos

	doméstica e outros processos paralelos; - Informação sobre direitos.	regulamentação das responsabilidades parentais, divórcio e partilha de bens.
--	---	--



2. INTERVENÇÃO PSICOEDUCATIVA/EMPOWERMENT E RECOVERY EM GRUPO

Mês	Atividades	Recursos necessários	Orçamento (previsão)
Janeiro	Atividade de resolução de ano novo com intenções para 2021 com elaboração do “mapa dos sonhos”.	Material de trabalhos manuais vários como lápis, borracha, canetas, cartolinas, folhas brancas, entre outros, utilizando materiais já existentes e recicláveis.	10 euros
Fevereiro	Sessão Temática “Relacionamentos Abusivos” como prevenir identificando e apoiando outras mulheres.	- Computador e colunas - Folhas brancas e canetas	Material existente no escritório
Março	Sessão Temática “Máscaras porque precisamos e não precisamos delas”	- Balões, cola branca, folhas de jornal, tesoura, linhas, lã, tintas, outros elementos decorativos - Folhas brancas e canetas	10 euros
	Assinalar o dia Temático “Dia da Mulher” com visionamento de filme pedagógico e leitura de excertos literários que abordam questões no feminino. Conversa sobre Eco-feminismo e sensibilização para o tema da ecologia e as mulheres.	- Material alusivo ao dia da mulher com impressão de documentos e se possível realização de um lanche.	20 euros
	Sessão Temática “Sustentabilidade” (meio ambiente e felicidade).	- Material alusivo à sustentabilidade - Computador e colunas	Material existente no escritório

		- Impressão de documentos	
Abril	Sessão Temática “A Liberdade” (Para assinalar o Dia 25 de Abril) Em que medida a cidadania e a democracia são importantes para a mulher?	- 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 Família)	- 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 – Sardinhas (se tal for possível)	- 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	Sensibilizar para estilos de vida saudáveis e sustentáveis com 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
	Assinalar a luta contra a violência doméstica 24 e 25 de Novembro		
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 específico e sugerido pelas utilizadoras	A definir	A definir



3. 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, bem como prevenção do burnout, 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.

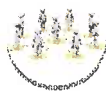


4. INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

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



5. PARCERIAS COMUNITÁRIAS

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.

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

Técnica Superior de Serviço Social - Dr.ª Ana Carla Gonçalves

PLANO DE AÇÃO DO PATRIMÓNIO

Habitação

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.

Neste momento, encontramos-nos a realizar uma candidatura em parceria com a Câmara Municipal de Alcanena, com vista a melhorias térmicas, substituição dos pavimentos e outras remodelações importantes. Deste modo, estamos sinalizados no âmbito da “Estratégia Local de Habitação” pela Câmara Municipal de Alcanena, esperando assim algumas formalidades para nos podermos candidatar a estes fundos.

Para além deste bloco de apartamentos alugado, o Centro de Bem Estar Social de Alcanena possui mais 33 espaços, a sua maioria habitações que se encontram de momento todos alugados.

O retorno financeiro é aplicado nas respostas sociais deficitárias.

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- Reversão da caixilharia;
- 3- Construção de Parque de Estacionamento;
- 4- Remodelação do pavimento interior;
- 5- Reversão de Barras de inox;
- 6- Medidas de Auto Proteção;
- 7- Pinturas exteriores e interiores;

8- Compra de equipamentos industriais de cozinha e lavandaria.

O projeto foi aprovado por parte da CCDR Centro, ou seja o termo de aceitação da aprovação da candidatura foi assinado no dia 01-10-2019, a comparticipação do FEDER corresponde a 85% das despesas elegíveis. O concurso público foi realizado e ganho pela empresa SECAL-Engenharia e Construções, SA, pelo valor total sem iva de 639.312,57 euros. A obra encontra-se em curso, com vários atrasos devido à pandemia Covid-19 que assolou todo o mundo. O prazo de execução desta obra já foi alargado até 30-06-2022. Como as remodelações incidem sobre o interior da ERPI, espera-se que as obras avancem conforme se consiga, de forma a preservar os espaços dedicados aos Sênioreis.

Estando em fase crítica da pandemia, em que os números de infetados crescem a cada dia, é espectável que as obras no interior da ERPI sejam paradas durante o inverno.

Resposta Social Centro Educativo

Realizou-se uma candidatura ao Portugal 2020, Equipamento (IPSS) – Apoio à Eficiência Energética, à Gestão Inteligente da Energia e à Utilização das Energias Renováveis, no domínio da Sustentabilidade e Eficiência no Uso de Recursos, onde o CBESA candidatou o Centro Educativo para remodelação dos telhados, reconversão da caixilharia, compra de painéis solares de autoconsumo, substituição das lâmpadas atuais por LED, substituição do equipamento atual e/ou instalação de bomba de calor mais eficiente para climatização, com valor total de investimento de 260.065,11 euros sem iva, onde se prevê o reembolso a fundo perdido de 50% do investimento.

Resposta Social Hospital

A candidatura para integrar a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados da Região de Lisboa e Vale do Tejo (a qual tem parecer favorável), com o objetivo de formar uma parceria com o Ministério do Trabalho Solidariedade e Segurança Social e o Ministério da Saúde para a tipologia que dizem ter em falta, uma unidade de longa duração/convalescença e manutenção para 32 utentes, sendo que

neste momento, encontramos-nos a renegociar com a ARSLVT para passar o acordo para 40 utentes.

Neste momento, o projeto de arquitetura encontra-se totalmente aprovado por todas as entidades competentes, Autoridade Nacional de Proteção Civil, Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, Autoridade da Saúde, e Câmara Municipal de Alcanena. Entrou na Câmara Municipal de Alcanena, no dia 24 de Setembro de 2019, o pedido para o licenciamento dos projetos de especialidade da Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Alcanena, Joaquim da Silva Fernandes. Ao que tudo nos parecia indicar o Programa Pares iria aceitar candidaturas para Unidades de Cuidados Continuados integrados, o que não aconteceu conforme está explícito no despacho nº 9952/2020 Equipamentos Sociais – 3ª Geração (Pares 3.0). Espera-se que os próximos fundos comunitários venham a contemplar as U.C.C.I.

Investimentos Gerais

Esta a ser concluída uma moradia na Rua Alexandre Herculano, quando todo o prédio tinha sido doado ao Centro de Bem Estar Social de Alcanena, um dos anexos encontrava-se cedido em termos de comodato. Este anexo encontra-se agora já na posse do CBESA e estão a ser realizadas intervenções para que se possa alugar.

Foram realizados novos contratos de luz e gás onde se prevê que se baixe a fatura energética.

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.

Candidaturas

Foram realizadas algumas candidaturas sem sucesso ao programa Gulbenkian Cuida e ao Programa Adaptar +, ambas previam a compra de Equipamentos de Proteção individual. Note-se que estes programas têm dotações muito baixas, para tantas instituições que se candidatam, ou seja são mais de 3000 as instituições em

todo o país e estes programas tinham dotações orçamentais para cerca de 100 instituições cada um.

Diretor do Património/Imóveis

Eng.º Hélder Camacho

A DIREÇÃO

Presidente: Edoardo R. Silva

Vice-Presidente: Manuel

Secretário: João Silva

Tesoureiro: Vitor Manuel Pereira da Silva

Vogal: João

Vogal: João

Vogal: João

ORÇAMENTO – ANO 2021

Introdução

A grande complexidade financeira e económica do país e do mundo constitui como uma fonte de grande incerteza na execução do orçamento para 2021, 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 2021, 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 2021 foi estruturado de acordo com o SNC (Sistema de Normalização Contabilísticas) tal como define a legislação.

A construção do orçamento para 2021 teve como base os seguintes pressupostos:

- A execução orçamental até Setembro de 2020, com uma projeção para os últimos três meses no ano;
- Na rubrica 62 do orçamento previu-se uma redução devido às prospetivas de menores gastos em beneficiações e reparações nos imóveis;
- Na rubrica 64 do orçamento, depreciações e amortizações, valor que influencia os resultados líquidos devido ao aumento de investimentos dos últimos anos;
- Na rubrica 78 do orçamento previu-se um aumento devido aos valores a receber da candidatura ao Portugal 2020, que serão deferidos no horizonte temporal das amortizações com impactos anuais.

Considerando que o valor de amortizações e depreciações são significativos, os resultados do exercício já refletem uma melhoria significativa, devido aos melhores resultados das contas de 2020. Contudo, devem ser uma preocupação e devem levar a Direção a arranjar soluções que possam minorar os resultados negativos do Centro Educativo (Creche, Jardim de Infância e CATL), devido ao decréscimo significativo de crianças que ano após ano têm sido uma constante, e prevendo com a nova política de educação Concelhia os resultados terão todas as condições para piorarem. Também os resultados da valência Hospital que com a alteração unilateral da ADSE levou a que a valência passasse de uma valência com resultados positivos a ficar com resultados negativos, a Direção tem tido várias reuniões na procura de encontrar soluções de modo a resolver os problemas económicos, que a não ser resolvidos levarão o CBESA a ficar com sérios problemas financeiros.

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

ANEXOS

- Orçamento para o ano 2021;
- Parecer do Conselho Fiscal.

Elementos de apoio para elaboração do Orçamento da Direção 2021

Contas	Balancete set/20	Correções 2020	Atualização Out-2020/Dez-2020	Correções Valor	Correções percentuais	Orçamento 2021	Diferença em Relação a 2020
72 Prestações de serviços	822 242,62 €	0,00 €	1 096 323,49 €	0,00 €	0,00 €	1 096 323,49 €	Manter
75 Participações e subsídios à exploração	745 914,19 €	0,00 €	994 552,25 €	0,00 €	0,00 €	994 552,25 €	"
75 Subsídio Portugal 2020		0,00 €		0,00 €	0,00 €	0,00 €	
Total dos rendimentos operacionais	1 568 156,81 €	0,00 €	2 090 875,75 €	0,00 €	0,00 €	2 090 875,75 €	
61 Custo das matérias consumidas	180 300,25 €	0,00 €	240 400,33 €	0,00 €	0,00 €	240 400,33 €	Manter
62 Fornecimentos e serviços externos	294 890,12 €	0,00 €	393 186,83 €	0,00 €	-78 637,37 €	314 549,46 €	-20,0%
63 Gastos com o pessoal	1 252 041,77 €	172 654,96 €	1 842 043,99 €	0,00 €	0,00 €	1 842 043,99 €	Manter
64 Depreciações e amortizações	0,00 €	0,00 €	248 208,34 €	0,00 €	0,00 €	248 208,34 €	Estimativa
65 Perdas por imparidade	162,80 €	0,00 €	162,80 €	0,00 €	0,00 €	162,80 €	Manter
67 Provisões	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
Total dos gastos operacionais	1 727 394,94 €	172 654,96 €	2 724 002,29 €	0,00 €	-78 637,37 €	2 645 364,92 €	
Resultado operacional	-159 238,13 €	-172 654,96 €	-633 126,54 €	0,00 €	78 637,37 €	-554 489,17 €	
78 Outros rendimentos e gastos	134 551,63 €	22 094,42 €	201 496,59 €	-4 623,74 €	30 224,49 €	227 097,34 €	15,0%
68 Outros gastos e perdas	9 597,63 €	0,00 €	12 796,84 €	0,00 €	0,00 €	12 796,84 €	Manter
76 Reversões de provisões	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
77 Ganhos p/aumentos justo valor	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
79 Rendimentos financeiros	727,51 €	0,00 €	970,01 €	0,00 €	0,00 €	970,01 €	Manter
69 Gastos financeiros	0,82 €	0,00 €	1,09 €	0,00 €	0,00 €	1,09 €	Manter
Resultado antes de impostos	-33 557,44 €	-150 560,54 €	-443 457,87 €	-4 623,74 €	108 861,85 €	-339 219,75 €	
Imposto sobre o rendimento							
Resultado líquido do período	-33 557,44 €	-150 560,54 €	-443 457,87 €	-4 623,74 €	108 861,85 €	-339 219,75 €	
Total dos rendimentos	1 703 435,95 €	22 094,42 €	2 293 342,35 €	-4 623,74 €	30 224,49 €	2 318 943,10 €	
Total dos gastos	1 736 993,39 €	172 654,96 €	2 736 800,22 €	0,00 €	-78 637,37 €	2 658 162,85 €	
Resultado líquido do período	-33 557,44 €	-150 560,54 €	-443 457,87 €	-4 623,74 €	108 861,85 €	-339 219,75 €	

Novembro de 2020

A Direção

Carla J. Mendes
Carla J. Mendes
Carla J. Mendes



CBESA

CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

PARECER DO CONSELHO FISCAL
SOBRE O PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO
ANO DE 2021

Exm^{as}. Senhores
Presidente e Membros
Da Mesa da Assembleia Geral

Exm^{as}. 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 V. Exas. o seu parecer sobre o "Plano de Ação e Orçamento para o ano de 2021".
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 2020 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 2021" 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 2.658.162,85 euros e total da previsão dos rendimentos operacionais e financeiros 2.318.943,10 euros.

Destes valores orçamentados resulta um resultado líquido negativo previsional de 339.219,75 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 30.09.2020, considerando a média mensal até final do ano de 2020, e extrapolando os valores para o exercício de 2021, 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 "outros rendimentos e gastos" foi provisionado 30.224,49 euros, respeitantes às rendas dos apartamentos.

Investimentos:

Quanto à previsão de investimentos futuros, vertido no "Plano de Ação e Orçamento para 2021" 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, aproveitando 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.



CBESA

CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

Desinvestimentos:

Não está previsto tanto quanto nos dá a perceber, a intenção de alienar bens de equipamento ou outros, exceto 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 2021, refletem a preocupação da Direção, em apresentar um orçamento que está muito condicionado, 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 está dependente, considerando as situações deficitárias previsíveis das respostas sociais do Centro Educativo (Creche, Jardim de Infância e CATL), e a imprevisível alteração da valência Hospital, pelo que o Concelho Fiscal chama atenção da Direção para que estas situações económicas possam ser estudadas e encontradas soluções, de modo a não colocar em causa futuras situações financeiras do CBESA.

Assim, diríamos que o resultado líquido previsional negativo de 339.219,75 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 2021".

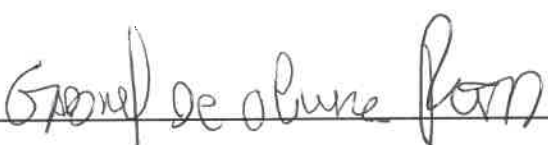


CBESA
CENTRO DE BEM-ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

Alcanena, 31 de Março de 2021

Os Membros do Conselho Fiscal,


(Manuel Mina Frazão- Presidente)


(Gabriel de Oliveira Feitor -Vogal)


(Jaime Pereira Barreiros-Vogal)