



# PROGRAMA DE AÇÃO E ORÇAMENTO 2024



Novembro de 2023

---

# Índice

<b>1. Nota Introdutória.....</b>	<b>3</b>
<b>2. Enquadramento Organizacional.....</b>	<b>4</b>
2.1. A Instituição.....	4
2.2. Missão, Visão e Valores.....	5
2.3. Órgãos Sociais.....	6
2.4. Organograma.....	7
<b>3. Programa de Ação.....</b>	<b>8</b>
3.1. Objetivos Estratégicos.....	8
3.2. Área Social.....	9
3.2.1. Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.....	9
3.2.2. Centro de Dia.....	9
3.2.3. Serviço de Apoio Domiciliário.....	10
3.2.4. Creche.....	10
3.2.5. Academia Cultural Sénior.....	11
3.3. Animação Sociocultural.....	11
3.3.1. Plano Anual de Atividades.....	13
3.4. Área Clínica.....	19
<b>4. Orçamento Previsional.....</b>	<b>20</b>
4.1. Orçamento Previsional Comparativo.....	20
9.2. Demonstração dos Resultados por Naturezas.....	21
9.3. Mapa Demonstrativo Previsional de Prestação de Serviços.....	22
9.4. Mapa Demonstrativo Previsional de Participações e Subsídios à Exploração..	23
<b>5. Parecer do Conselho Fiscal.....</b>	<b>24</b>

---

# 1. Nota Introdutória

A Direção da ARPIAC, de acordo com o estabelecido na alínea c), ponto 2 do Art.º 28.º dos Estatutos, apresenta para apreciação e votação dos Associados o Programa de Ação e Orçamento Previsional para 2024, aprovado por unanimidade em reunião da Direção de 8 de Novembro de 2023, bem como o parecer do Conselho Fiscal.

Este Programa de Ação e Orçamento Previsional constitui um documento orientador da nossa proposta de ação para o ano 2024.

O cenário internacional que se vive atualmente, desde a continuidade da guerra na Europa Oriental ao recente conflito que eclodiu no Próximo Oriente, condiciona negativamente a política interna do nosso País e, muito acentuadamente, no que respeita a aspetos sociais, económicos e financeiros.

A elaboração deste orçamento tem, pois, subjacente uma incerteza e imprevisibilidade que são absolutamente impossíveis de traduzir financeiramente o que poderá ocorrer em 2024, e consequentes incidências na gestão da Associação.

Não obstante este contexto, a Direção continua empenhada em cumprir a missão e objetivos da ARPIAC, se bem que não possa deixar de registar os condicionalismos imprevistos que condicionarão uma gestão que se pauta pela responsabilidade, transparência e rigor. Neste documento apresentam-se os objetivos estratégicos que se articulam com o plano de atividades a desenvolver nas respostas sociais e na Academia Cultural Sénior, bem como os mapas referentes ao Orçamento previsional para o próximo ano. O documento foi elaborado de acordo com o orçamento executado até Setembro deste ano, mas com a identificação das necessidades/recursos da Instituição, ao que acresce, registre-se novamente, a consciência dos condicionalismos imprevistos e que continuaremos a ter de enfrentar.

Neste orçamento prevêem-se rendimentos no valor de 2.052.574€ e gastos no valor de 2.048.040€, do que resulta um resultado líquido de 4.534€.

Reafirmamos a nossa dedicação, empenho e rigor na gestão da Associação, que contará certamente com a boa compreensão dos Associados, tendo em vista a consecução das metas a atingir.

A finalizar, saudamos os Associados, colaboradores, clientes/familiares, fornecedores de serviços e comunidade local, assim como todos os que desenvolvem parcerias com a Associação.

Cacém, 03 de Novembro de 2023

O Presidente da Direção

## 2. ENQUADRAMENTO ORGANIZACIONAL

### 2.1. A Instituição

A Associação de Reformados Pensionistas e Idosos de Agualva-Cacém (ARPIAC) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sem fins lucrativos, regida pelos seus Estatutos, reformulados e aprovados a 30 de Novembro de 2018, bem como pela legislação aplicável. A sua fundação remonta legalmente a 1982, se bem que as suas raízes se reportem a meados da década de 1970. Seguindo os princípios defendidos pelos seus fundadores tem por objetivos contribuir para a promoção da população da cidade de Agualva-Cacém, prestando um conjunto de serviços à comunidade que visam o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas, particularmente de crianças e idosos. A Associação também apoia e promove iniciativas de índole cultural e de ocupação dos tempos livres dos seus Associados.

Nos nossos dias, a ARPIAC presta vários serviços à comunidade através do funcionamento das respostas sociais que se indicam na seguinte tabela:

Identificação do Equipamento	Resposta Social / Serviço	N.º Utentes Previstos / Protocolados	Técnicas / Coordenação Técnica da Resposta Social
<b>Edifício Sede</b>	ERPI	60/60	<u>Diretora Técnica</u> : Rita Melo
	Centro de Dia	45/45	<u>Diretora Técnica</u> : Rute Rodrigues
	SAD	65/65	<u>Diretora Técnica</u> : Rute Rodrigues
	Médico	Clientes da ERPI	Ricardo Carragosela
	Enfermagem		<u>Coordenador</u> : André Branco
	Fisioterapia	Clientes da ERPI, Centro de Dia, Associados e Colaboradores	Inês Anacleto
	Nutricionista	Clientes da ERPI	Margarida Firmo
<b>Creche</b>	Infância	83/66	<u>Diretora Técnica</u> : Lúcia Esperança
<b>Complexo do Zambujal</b>	Academia Cultural Sénior	130/0	Conselho Diretivo

---

## 2.2. Missão, Visão e Valores

Tendo em vista a sua finalidade de atuação, pauta-se pelos seguintes princípios orientadores:

### Missão

Prestar serviços de qualidade na área social aos cidadãos da comunidade, adequados às suas necessidades e expectativas, contribuindo para a promoção da qualidade de vida e da dignidade humana.

### Visão

Proporcionar respostas sociais de referência, reconhecidas pela qualidade dos serviços prestados, apostando na inovação e na melhoria contínua.

### Valores

- Solidariedade;
- Dignidade Humana;
- Igualdade;
- Não Discriminação;
- Transparência;
- Responsabilidade Individual;
- Espírito de Equipa;
- Profissionalismo;
- Rigor;
- Qualidade.

## 2.3. Órgãos Sociais

### Quadriénio 2023-2026

<b>Assembleia Geral</b>	
<b>Presidente</b>	João Abreu Fernandes
<b>Vice-Presidente</b>	António Marques Rodrigues
<b>1.º Secretário</b>	Fátima Rute Silva Matos Pereira
<b>Direção</b>	
<b>Presidente</b>	Manuel Carlos Alves Figueiredo
<b>Vice-Presidente</b>	Carlos Alfredo Teixeira
<b>Tesoureiro</b>	Maria Rosário Gomes Azevedo Santos
<b>Vogal Efetivo</b>	Inês Maria Alves Henriques de Correia Anacleto
<b>Vogal Efetivo</b>	Armando Fernandes Gonçalves
<b>Vogal Suplente</b>	Agostinho José Camões Gimbra
<b>Vogal Suplente</b>	Maria João Rocha Santos Faria
<b>Vogal Suplente</b>	Suzete Maria Ribeiro <i>Perhat</i>
<b>Conselho Fiscal</b>	
<b>Presidente</b>	Nuno José Carlos
<b>Vice-Presidente</b>	Maria Julieta Fragoso Dias Pinho
<b>Relator</b>	Ana Rita Delgado Moreira
<b>Suplente</b>	Victor Manuel Henriques Amaro
<b>Suplente</b>	António Miguel Henrique Pereira



---

## 3. PROGRAMA DE AÇÃO

### 3.1. Objetivos Estratégicos

Uma das ferramentas essenciais para a concretização da missão da Associação é a estratégia organizacional, a qual orientará o seu comportamento, constituindo-se, principalmente, pela visão substantiva do valor que se pretende produzir. Desta forma, os objetivos estratégicos intrínsecos ao Programa de Ação da Associação para 2024 caracterizam-se por:

- **Promover a melhoria contínua da qualidade dos serviços prestados** através da centralização dos clientes/famílias, indo ao encontro das suas necessidades e expectativas, bem como do investimento nas competências dos nossos colaboradores, promovendo as boas práticas e a excelência;
- **Fomentar a satisfação, motivação e compromisso dos colaboradores** proporcionando um ambiente interno motivador, de apoio e de compreensão dos possíveis fatores de descontentamento dos mesmos, tendo em vista a prossecução da sua satisfação. Não obstante, procurar-se-á igualmente melhorar as condições de trabalho, proporcionar planos de desenvolvimento pessoais ajustados a cada colaborador, bem como criar um sistema de recompensas, sendo necessário para tal a revisão do sistema de gestão e avaliação de desempenho implementado até à data;
- **Melhorar a imagem e comunicação externa** promovendo a utilização de canais digitais, nomeadamente o *Site* Institucional e o *Facebook*, como meios de comunicação com a comunidade, parceiros, entidades oficiais, associados e futuros clientes, divulgando os serviços prestados, as respostas sociais disponíveis, as atividades realizadas, as iniciativas previstas e toda a informação com interesse ao público em geral, intrínseca à Associação;
- **Melhorar a comunicação interna** por forma a alinhar os colaboradores e as respetivas práticas aos objetivos da Associação, promovendo reuniões setoriais e atividades corporativas, bem como divulgando informação que permita o enquadramento na realidade institucional e o incentivo a “vestir a camisola”;
- **Promover a transição digital**, através da informatização dos processos e conseqüente minimização do uso de papel, o que permitirá a redução de custos e do impacto ambiental;
- **Efetuar a conservação e manutenção das instalações**, estando já identificados os espaços prementes de intervenção, nomeadamente o piso dos quartos dos residentes, o qual se encontra bastante degradado;
- **Renovar equipamentos** promovendo a facilitação e melhoria das condições de trabalho e de segurança tanto para os nossos colaboradores, como para os nossos clientes, estando prevista a renovação de algum do mobiliário inerente aos quartos da ERPI, nomeadamente através da aquisição de camas articuladas elétricas com regulação de altura;
- **Manter as parcerias e a cooperação com as autarquias e as diversas entidades**, as quais têm permitido o desenvolvimento de projetos locais, resultando simultaneamente em vantagens recíprocas e atividades inovadoras, perspetivando-se inclusivamente o alargamento das mesmas, nomeadamente na área da infância;
- **Garantir a sustentabilidade económica e financeira**, acautelando as dúvidas e incertezas provenientes da conjuntura internacional e nacional, nomeadamente a inflação e os aumentos salariais obrigatórios, de forma a promover o equilíbrio entre as receitas e as despesas. Para tal prevê-se a necessidade de atualização das comparticipações familiares, bem como do recurso aos apoios anuais disponíveis pela Câmara Municipal de Sintra, pela União das Freguesias do Cacém e São Marcos e pela Junta de Freguesia de Aqualva e Mira Sintra. Cumulativamente, atender-se-á a outras formas para ampliar a obtenção de recursos financeiros, que contribuam para um reforço da capacidade financeira da Associação.
- **Profissionalizar a gestão** garantindo eficiência e eficácia na efetivação da mesma, a qual servirá o propósito e os objetivos da Associação.



## 3.2. Área Social

The image displays five vertical informational cards for ARPIAC (Associação de Reformados, Pensionistas e Sobreviventes de Guerra - Portugal). Each card features the ARPIAC logo at the top and a central image. Below the image is a title and a descriptive text block.

- Card 1:** Title: **ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS**. Image: Two hands clasped together. Text: A Estrutura Residencial para Idosos (ERPI) é uma resposta social que consiste no alojamento coletivo, de utilização permanente ou temporária, de pessoas, com idade superior a 65 anos que, por razões médicas, familiares, dependência, isolamento, solidão ou insegurança, não podem permanecer na sua residência. Proporciona também alojamento em situações pontuais, decorrentes da ausência, impedimento ou necessidade de descanso do cuidador.
- Card 2:** Title: **Centro de Dia**. Image: An elderly couple walking in a park. Text: O Centro de Dia (CD) é uma resposta social, que consiste na prestação de um conjunto de serviços, que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais. Para além de proporcionar, durante o dia, a prestação de alguns serviços, com vista à resolução de necessidades básicas pessoais, terapêuticas e ocupacionais, fomenta as relações intergeracionais e interpessoais dos idosos, a fim de evitar o isolamento.
- Card 3:** Title: **Serviço de Apoio Domiciliário**. Image: Hands holding a small object. Text: O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e/ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e/ou psíquica, que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou a realização das atividades da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito.
- Card 4:** Title: **Creche Amor Perfeito de Agualva-Cacém**. Image: A colorful play area with children. Text: A Creche é uma resposta social, com o objetivo de apoiar a família e a criança. Recebe crianças dos 4 meses até aos 3 anos de idade, no período correspondente ao impedimento dos pais ou de quem exerce responsabilidades parentais (Portaria nº 262/2011). É de a responsabilidade da instituição dar a resposta mais adequada para que cada grupo de crianças se desenvolva de forma natural e saudável, de forma a complementar o trabalho de cada família.
- Card 5:** Title: **Academia Cultural Sénior**. Image: A building entrance. Text: A Academia Cultural Sénior de Agualva Cacém (ACSAC) é uma resposta social que dinamiza atividades sociais, culturais, educacionais e de convívio, num contexto de formação ao longo da vida, contribuindo para a resolução de problemas que assumem proporções crescentes nos dias que correm. É um pólo de agregação e dinamização, combatendo desta forma, sentimentos de isolamento, baixa-estima e desvalorização que afetam a população menos jovem.

### 3.2.1. Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas (ERPI)

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas alicerça-se na missão, nos valores e nos princípios da Associação, tendo como principal objetivo o respeito pela dignidade humana. Desta forma, tem como princípios de atuação a prestação de cuidados aos seus clientes, sustentados na qualidade, na eficiência, na humanização e no respeito pela individualidade e pela interdisciplinaridade.

Enquanto resposta social promove o acolhimento de idosos num ambiente familiar, procurando ser “a casa comum” de todos aqueles que nela habitem, e que por vários motivos já não podem permanecer no seu domicílio, proporcionando-lhes serviços e desenvolvendo atividades que promovam o seu bem-estar.

Assim, esta resposta revê-se como um pilar de suporte para todos os que nela coabitam, e que necessitam de assistência e apoio, contribuindo para a estabilização, autonomia e promoção da integração social, potenciando, desta forma, uma maior qualidade de vida e consequente manutenção de competências.

Sendo nosso objetivo continuar a trabalhar na prossecução das melhores práticas intrínsecas à ERPI, procuraremos promover o bem-estar dos nossos clientes nas suas diferentes vertentes, assegurar um atendimento individual e personalizado em função das suas necessidades específicas, contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento o mais ativo possível, colaborar na conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar e diligenciar o envolvimento dos clientes e respetivas famílias, com vista à otimização da gestão desta resposta social, proporcionando condições que permitam preservar e incentivar a relação intrafamiliar.

### 3.2.2. Centro de Dia

No âmbito do acordo de cooperação, esta resposta social permite a frequência de 45 clientes, que poderão usufruir da prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar, estimulando um processo de envelhecimento saudável e ativo. Para isso, além das refeições diárias, assim como outros serviços, podem participar nas atividades socioculturais, capacitando-os para a realização destas, sendo ainda incentivada a sua participação, adaptando individualmente algumas atividades.

Em 2024, tentaremos maximizar a taxa de ocupação, aumentando o número de clientes nesta resposta social, e para tal, devemos fazer um levantamento das necessidades do meio envolvente, para se responder às mesmas, bem como promover a adaptação aos novos fenómenos sociais de envelhecimento.

Para se atingir aquele objetivo também se procederá à divulgação dos serviços prestados pelo Centro de Dia junto da comunidade, dos parceiros locais e entidades.

---

### 3.2.3. Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

Os destinatários desta resposta social são pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e/ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito.

O Serviço de Apoio Domiciliário, com capacidade para 65 utentes, tem como serviços o fornecimento de refeição, higiene pessoal, higiene habitacional e tratamento de roupa.

Estes serviços de SAD têm como principais objetivos, a melhoria da qualidade de vida das pessoas e respetivas famílias, a promoção da conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar, possibilitando a permanência dos clientes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais. Os cuidados e serviços devem ser adequados às necessidades dos clientes, reforçando as competências e capacidades das famílias e qualquer outro tipo de cuidadores e deve prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado.

O SAD da Associação é reconhecido, na cidade de Agualva-Cacém, como um serviço de referência, pelo que devemos, no próximo ano, manter a qualidade do serviço, tendo em conta que se pretende aumentar o número de clientes.

Assim, em 2024 teremos que apostar na melhoria e na qualidade da resposta social, proporcionando aos nossos clientes serviços adequados às reais necessidades da sua vida quotidiana e expectativas pessoais. Procuraremos ir de encontro às especificidades de cada um, não esquecendo os seus traços individuais.

Promoveremos ainda um melhor acompanhamento ao cliente e familiares, realizando visitas domiciliárias com mais periodicidade.

Também se procederá à divulgação dos serviços prestados pelo SAD junto da comunidade, dos parceiros locais e entidades.

### 3.2.4. Creche

A Creche tem sido reconhecida pela comunidade como uma resposta social de qualidade, e faremos para que em 2024 assim se mantenha, prestando um serviço de excelência, individualidade e profissionalismo.

A partir do início do próximo ano letivo vamos atingir a totalidade de vagas da gratuitidade, o que permitirá conciliar a vida profissional e pessoal de um número significativo de famílias e manter a sustentabilidade da resposta social.

Ao longo daquele ano, procuraremos trabalhar de forma transversal a autonomia, enquanto se irão desenvolver e promover as áreas cognitiva, físico-motor, linguística, emocional e social.

No início de cada ano letivo, as educadoras das salas elaboram o seu projeto pedagógico indo ao encontro das características da faixa etária com que trabalham e planeando adequadamente face às potencialidades e necessidades de cada grupo.

O nosso plano anual de atividades é um instrumento de trabalho dinâmico que visa orientar no tempo e no espaço um conjunto de atividades propostas, tendo sempre em conta os projetos pedagógicos de sala. Este ano estarão organizadas de forma temática e correspondem a uma calendarização de diversas atividades a serem desenvolvidas pela creche em consonância com um leque de atividades transversais à nossa Instituição. Pretende-se, assim, estimular diferentes atividades culturais, resultante de um trabalho conjunto entre as diferentes respostas da Instituição, os seus clientes, respetivos familiares e profissionais.

No plano anual de atividades pretendemos comemorar as datas festivas, carnaval, 14.º aniversário da Creche, dia do pai, páscoa, dia da mãe e dia da criança, dia da alimentação, Halloween/Pão por Deus, São Martinho, dia do pijama e Natal. Para além disso, prevemos realizar para as salas de 1 e 2 anos alguns passeios, e a semana de praia em junho ou julho. Também vamos dar início ao projeto de cuidar e manter uma horta num espaço destinado a cada uma das salas.

Todas estas dinâmicas e estratégias que iremos seguir serão fundamentais para trabalhar as competências a nível de desenvolvimento e sobretudo para fomentar a união entre todos os intervenientes do projeto educativo!

---

### **3.2.5. Academia Cultural Sénior**

A Academia Cultural Sénior da ARPIAC reabriu para mais um ano letivo a 9 de outubro de 2023. Efetivou 20 anos de existência no passado dia 29 de Outubro de 2023.

Funciona no rés-do-chão do edifício designado Complexo do Zambujal, sito na Rua Elias Garcia, no Cacém, que foi a primeira casa da ARPIAC, fundada a 17 de Janeiro de 1982.

Nos últimos anos, devido a infiltrações provenientes do 1.º piso, o edifício tem vindo a degradar-se e provavelmente será muito árduo passar mais um inverno nestas condições, correndo o risco de desabamento ou mesmo derrocada. As instalações pertencem à C.M.S., sendo geridas pela Junta de Freguesia local, que têm conhecimento da situação e a quem apelamos para a intervenção de obras, ou a cedência de um novo espaço, onde possamos continuar a exercer as nossas atividades.

No atual ano letivo 2023/2024, a Academia Cultural Sénior, apesar de todas as adversidades, tem 94 alunos, 16 professores e 20 atividades, com a procura constante, de mais e diversas atividades.

Foram estabelecidos contactos no sentido de ampliar a oferta de disciplinas e atividades, pelo que se espera que dos mesmos resulte um aumento efetivo da diversidade sociocultural ao dispor dos alunos/Associados da ARPIAC.

O nosso objetivo é continuar a ser uma resposta de âmbito educativo e sociocultural a toda a comunidade sénior, proporcionando a partilha de competências, experiências, conhecimentos, convívio e muita alegria, na perspetiva do envelhecimento ativo, saudável e, essencialmente, feliz.

Neste ano letivo, além das atividades ministradas entre professores e alunos, prevemos realizar, à semelhança de anos anteriores, palestras, workshops, tardes de animação, música e danças, tardes de fados, tardes de poesias, saídas, idas ao Teatro, idas a Museus, caminhadas em grupo, colónias de férias, viagens, contribuindo para o reforço dos laços sociais entre todas as pessoas que integram o projeto da Academia Cultural Sénior.

### **3.3. Animação Sociocultural**

Segundo a UNESCO, a animação sociocultural é “um conjunto de práticas sociais que têm como finalidade estimular a iniciativa, bem como a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integrados”.

A reforma, a viuvez, a perda de faculdades físicas e cognitivas e outros acontecimentos no decorrer da vida, levam por vezes as pessoas a situações de maior dependência, fragilidade ou tendência para estados depressivos. Portanto, torna-se impensável nos dias de hoje que os locais que acolhem idosos sejam somente de cuidados de higiene, saúde e alimentação.

A animação destinada a idosos deve ter como objetivo ajudar o idoso a encarar o seu envelhecimento como um processo natural, de forma positiva e adequada, e a reconhecer a necessidade da manutenção das atividades físicas e mentais.

Assim, os programas de Animação Sociocultural a realizar serão adequados a cada tipo de grupo com que se vai trabalhar, estabelecendo-se alguns objetivos gerais e específicos que podem contribuir para uma acentuada melhoria do seu dia-a-dia, onde podem ser desenvolvidos diversos tipos de atividades.

Este programa de intervenção de atividades de Animação Sociocultural tem como objetivos:

- Fomentar o convívio entre os idosos e destes com outros grupos, favorecendo uma participação efetiva na vida da comunidade;
- Promover a socialização;
- Potenciar a autonomia e autoconfiança;
- Efetuar uma manutenção mais eficaz e melhoria constante das capacidades cognitivas;
- Fomentar a partilha de experiências e vivências;
- Promover um envelhecimento ativo.

---

Este plano visa mostrar que a animação é um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa, valorizando as competências, saberes e culturas dos mesmos. No entanto, é importante conhecer os idosos, as suas características pessoais, capacidades, dificuldades e gostos. Sendo assim, as atividades a executar numa primeira fase serão de adaptação ao espaço e a dinamização das mesmas, e numa segunda fase serão criadas oficinas de Atividades Socioculturais, um projeto Intergeracional e Passeios.

As Oficinas de Animação estão divididos em temas que irão trabalhar as faculdades dos idosos, por periodicidade semanal, quinzenal, trimestral e mensal, além de se comemorar durante o ano algumas datas festivas, sendo estas caracterizadas pelas seguintes atividades:

- **Animação Cognitiva**
  - ⇒ Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual; desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio;
  - ⇒ Contribuir para a melhor qualidade de vida de cada utente e promover o lazer e o relaxamento;
  - ⇒ Aumentar a atividade cerebral;
  - ⇒ Retardar os efeitos da perda de memória e prevenir o surgimento de doenças degenerativas.
- **Cuidar do Nosso Lar**
  - ⇒ Valorizar o papel do utente na Instituição; atribuir responsabilidades e incluir os utentes na “Vida” do Lar.
- **Expressão Física e Desenvolvimento Psicossocial**
  - ⇒ Desenvolver as capacidades físicas; favorecer o desenvolvimento psicomotor;
  - ⇒ Aquisição de novas experiências; melhorar a qualidade de vida de cada utente.
- **Atividades Lúdicas**
  - ⇒ Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer; proporcionar momentos lúdicos e de convívio.
- **Expressão Plástica**
  - ⇒ Desenvolver e estimular a imaginação; possibilitar a expressão através das artes plásticas e dos trabalhos manuais;
  - ⇒ Desenvolver a motricidade fina e coordenação motora;
  - ⇒ Evitar o isolamento e o ócio;
  - ⇒ Incrementar a participação ativa dos utentes;
  - ⇒ Consciencializar para o melhor reaproveitamento de materiais.
- **Sessões de Cinema**
  - ⇒ Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual; promover o lazer.
- **Atividades Religiosas**
  - ⇒ Manter ou promover hábitos religiosos.
- **Atelier de Gerações**
  - ⇒ Troca de experiências e aprendizagens; convívio entre gerações.
- **Interação com os Alunos da Academia Cultural Sénior**
  - ⇒ Valorizar o ativo dos clientes;
  - ⇒ Proporcionar momentos de convívio ente os clientes e os voluntários;
  - ⇒ Reavivar memórias;
  - ⇒ Lazer.
- **Comemoração dos Aniversários dos Clientes**
  - ⇒ Preservar a identidade dos clientes;
  - ⇒ Fomentar a confraternização entre os clientes.

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

### 3.3.1. Plano Anual de Atividades

Calendarização	Tema	Objetivos	Atividades
04/01/2024	Dia Mundial do Braille	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Troca de experiências</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividade com os clientes invisuais da Associação com os demais</li> </ul>
05/01/2024	Dia de Reis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o convívio intergeracional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividade dos clientes da ERPI e do CD com as crianças da creche</li> </ul>
18/01/2024	Dia Internacional do Riso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o convívio entre os clientes da ERPI, do CD e os seniores da Academia Cultural Sénior</li> <li>• Convívio e Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso terapia</li> <li>• Preparar um grupo para contar anedotas</li> </ul>
29/01/2024	Dia Mundial do Puzzle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar momentos lúdicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tirar fotografias de grupo aos clientes e mandar imprimir em puzzle para eles poderem montar e expor na sala</li> </ul>
05/02/2024	Dia Mundial da Nutella	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar novas experiências</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fazer crepes com nutella com as crianças da creche</li> </ul>
13 e 14/02/2024	Dia do Amor/Amizade/ São Valentim	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular as capacidades técnico-manuais dos clientes</li> <li>• Expressar emoções e sentimentos</li> <li>• Proporcionar novas experiências</li> <li>• Promover o convívio intergeracional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Troca de cartões entre clientes</li> <li>• Mural dos afetos</li> </ul>
13/02/2024	Carnaval	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a capacidade lúdica</li> <li>• Promover o convívio entre clientes da ERPI, do CD e da Creche com a comunidade</li> <li>• Proporcionar novas experiências</li> <li>• Lazer</li> <li>• Relembrar hábitos, costumes, vivências, experiências do meio sociocultural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboração de adereços de carnaval</li> <li>• Decoração da sala de convívio da ERPI</li> <li>• Decoração do espaço de baile</li> <li>• Baile de máscaras com utentes da ERPI, do CD, da Academia Cultural Sénior, da Creche e familiares</li> <li>• Lanche convívio entre todos</li> </ul>
04 a 08/03/2024	Dia Internacional da Mulher	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorizar o papel da mulher na Sociedade</li> <li>• Motricidade fina e grossa</li> <li>• Comemoração do Dia Internacional da Mulher</li> <li>• Promover a interação entre clientes da ERPI e do CD</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sessão de maquilhagem e manicure às clientes da ERPI e do CD</li> </ul>
19/03/2024	Dia do Pai	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorizar o papel do cliente enquanto Pai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanche convívio entre pais e filhos</li> <li>• Elaboração de uma lembrança para os clientes da ERPI, do CD e da SAD</li> </ul>

Calendarização	Tema	Objetivos	Atividades
21/03/2024	Dia Mundial da Árvore e da Floresta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partilhar experiências</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantação de uma planta</li> </ul>
21/03/2024	Dia Mundial da Poesia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular a concentração e a memória</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recital de poemas pelos clientes, colaboradores e/ou familiares</li> </ul>
24 a 21/03/2024	Início da Semana Santa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar valores e crenças religiosas</li> <li>• Proporcionar momentos diferentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visionamento de filmes sobre a vida de Jesus Cristo</li> <li>• Devorar a sala</li> <li>• Elaborar lembranças de Páscoa para os clientes da ERPI, do CD, da SAD e da Creche</li> <li>• Via Sacra</li> </ul>
27/03/2024	Dia Mundial do Teatro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular a criatividade</li> <li>• Promover o convívio e a coesão de grupo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar uma peça de teatro com os clientes</li> </ul>
28/03/2024	Caça aos ovos da Páscoa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar momentos de convívio e alegria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caça aos ovos de Páscoa com os clientes da ERPI, do CD e crianças da Creche</li> </ul>
31/03/2024	Páscoa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar valores e crenças religiosas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Celebração da Eucaristia pela Televisão</li> </ul>
05/04/2024	Dia Mundial da Atividade Física	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver e estimular as capacidades físicas e a motricidade dos clientes</li> <li>• Promover o convívio e o bem-estar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividade física</li> <li>• Técnicas de alongamento</li> </ul>
08/04/2024	Dia Mundial da Saúde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promoção da saúde</li> <li>• Prevenir e sensibilizar para os bons hábitos de saúde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sessão de esclarecimento</li> <li>• Rastreios</li> </ul>
15/04/2024	Dia Internacional do Café	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o convívio</li> <li>• Proporcionar momentos diferentes</li> <li>• Proporcionar novas experiências</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Levar os clientes a um café</li> </ul>
23/04/2024	Dia Mundial do Livro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a imaginação e a criatividade</li> <li>• Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar uma Feira do Livro em conjunto com a Academia Cultural Sénior</li> </ul>
25/04/2024	Dia da Liberdade	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer, ouvir, contar histórias</li> <li>• Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visionamento de um filme sobre a revolução dos cravos</li> <li>• Tertúlia sobre o antes da revolução, conjuntamente com os alunos da Academia Cultural Sénior</li> </ul>

Calendarização	Tema	Objetivos	Atividades
29/04/2024	Dia Mundial da Dança	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o convívio</li> <li>Proporcionar momentos diferentes de alegria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atelier de dança</li> <li>Convidar profissional de dança de salão para um workshop</li> </ul>
01/05/2024	Dia do Trabalhador	<ul style="list-style-type: none"> <li>Criar um espaço de convívio e de bem-estar que possibilite a criação de sentimentos de utilidade entre os clientes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Momento de reflexão sobre as profissões que os clientes exerciam</li> </ul>
05/05/2024	Dia da Mãe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valorizar o papel das clientes enquanto Mãe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elaboração de lembranças para os clientes da ERPI, do CD e do SAD</li> </ul>
09/05/2024	Dia da Espiga	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar contato com a natureza</li> <li>Estimular sentidos</li> <li>Relembrar costumes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deslocação ao campo para apanhar espigas para fazer raminhos para os clientes da ERPI, do CD e da Academia Cultural Sénior</li> </ul>
15/05/2024	Dia da Família	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valorizar e assinalar o dia da Família</li> <li>Promover a interação e união entre clientes e famílias</li> <li>Valorizar o papel do cliente na Família</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lanche convívio da Família, clientes e familiares</li> </ul>
17/05/2024	Dia Mundial da Internet	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade</li> <li>Promover o contato com as novas tecnologias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Escrever cartas através de um computador e tentar fazer videochamadas</li> </ul>
17/05/2024	Dia Mundial da Pastelaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter/Promover hábitos religiosos</li> <li>Potenciar a aprendizagem e a formação ao longo da vida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Confeção de um doce e/ou bolos secos</li> </ul>
17 ou 24/05/2024	Fátima	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter/Promover hábitos religiosos</li> <li>Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passeios a Fátima com os clientes da ERPI, do CD e da Academia Cultural Sénior</li> <li>Almoço convívio</li> <li>Visita à casa do Pastorinhos</li> </ul>
20/05/2024	Dia Mundial das Abelhas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o contato com novas experiências</li> <li>Potenciar a aprendizagem e a formação ao longo da vida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visitar/Convidar um profissional que fabrique mel</li> </ul>
24/05/2024	Dia Europeu dos Parques Naturais	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o convívio</li> <li>Valorizar o ambiente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Almoço convívio na Quinta da Ribafria</li> <li>Conversa sobre o tema</li> </ul>

Calendarização	Tema	Objetivos	Atividades
25/05/2024	Dia Internacional de África	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o contato com outras culturas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Workshop de dança africana</li> <li>Confeção de um prato típico africano para o almoço ou para o lanche</li> </ul>
10/06/2024	Dia de Portugal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a interação entre clientes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar para o dia de Portugal</li> </ul>
13/06/2024	Santos Populares "Santo António"	<ul style="list-style-type: none"> <li>Recordação de tradições</li> <li>Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tarde de festa popular com os clientes da ERPI e do CD</li> <li>Jogos e Quiz</li> </ul>
18/06/2024	Dia Internacional do Picnic	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o convívio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fazer um picnic com os clientes</li> </ul>
21/06/2024	Dia Internacional do Yoga	<ul style="list-style-type: none"> <li>Favorecer o desenvolvimento psicomotor</li> <li>Melhorar a qualidade de vida de cada cliente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover uma sessão de yoga com os clientes da ERPI, do CD e da Creche</li> </ul>
28/06/2024	Santos Populares "São Pedro"	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilha de experiências</li> <li>Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tarde de festa popular com sardinhas</li> <li>Almoço convívio com a ERPI, o CD, a Creche e a Academia Cultural Sénior</li> </ul>
25/07/2024	Excursão a uma Praia Fluvial	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover momentos lúdicos</li> <li>Promover a interação e o convívio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Excursão à Praia Fluvial de Alcochete</li> <li>Convívio com os clientes da ERPI, do CD e da Academia Cultural Sénior</li> </ul>
26/07/2024	Dia Mundial dos Avós	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o ajustamento emocional</li> <li>Evitar o isolamento</li> <li>Promover a interação e o convívio intergeracional entre os clientes das várias respostas sociais e respetivas famílias</li> <li>Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Convívio com as crianças da Creche</li> <li>Convidar os netos/bisnetos dos clientes para passarem a tarde com os avós</li> </ul>
19/08/2024	Dia Mundial da Fotografia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adquirir novas experiências</li> <li>Promover as relações interpessoais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visualizar fotografias das atividades realizadas</li> </ul>
18/09/2024	Vindimas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relembrar hábitos e ofícios</li> <li>Proporcionar momentos de convívio aos clientes com a Comunidade</li> <li>Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passeio e participar/assistir a uma vindima</li> </ul>



Calendarização	Tema	Objetivos	Atividades
21/09/2024	Dia Mundial da Doença de Alzheimer	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visionamento de um filme sobre esta temática da Alzheimer</li> <li>Explorar este tema, falando sobre medos e receios desta temática</li> </ul>
	Dia Mundial da Gratidão	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover as relações interpessoais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexões sobre a importância de estarmos gratos</li> </ul>
25/09/2024	Dia Mundial dos Rios	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a interação e o convívio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passeio de barco no rio Tejo</li> </ul>
	Dia Mundial do Sonho	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valorizar o papel do cliente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Escrever sonhos que tiveram, que ainda têm e os que conseguiram realizar</li> </ul>
29/09/2024	Dia Mundial do Coração	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar para a prática de hábitos saudáveis</li> <li>Incutir a prática de exercício físico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Convidar algum especialista da área a vir falar sobre o tema</li> </ul>
01/10/2024	Dia Mundial do Idoso	<ul style="list-style-type: none"> <li>Convívio</li> <li>Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jogos tradicionais ERPI, CD e Academia Cultural Sénior</li> </ul>
04/10/2024	Dia Mundial dos Animais	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adquirir novas experiências</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visitar o Zoo ou parque temático</li> </ul>
07/10/2024	Dia Nacional dos Castelos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar a curiosidade</li> <li>Estimular a imaginação</li> <li>Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visita ao Castelo dos Mouros em Sintra e fazer um picnic com os clientes</li> </ul>
08/10/2024	Dia Mundial da Visão	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promoção da saúde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Convidar alguém para vir fazer um rastreio</li> </ul>
09/10/2024	Dia Mundial dos Correios	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimular a expressão escrita</li> <li>Desenvolver e estimular as capacidades de raciocínio, o vocabulário e a memória</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Escrever uma carta a um familiar que esteja no estrangeiro</li> </ul>
16/10/2024	Dia Mundial da Alimentação	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elucidar os clientes sobre a importância de uma alimentação saudável</li> <li>Promoção de saúde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fazer uma sopa tendo atenção à roda dos alimentos, conjuntamente com as crianças da Creche</li> </ul>
	Dia Mundial do Pão	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desenvolver a motricidade fina e coordenação motora</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ida à Quinta Pedagógica dos Olivais, com os clientes da ERPI, do CD, da Creche e da Academia Cultural Sénior</li> </ul>
28/10/2024	Dia Mundial da 3ª Idade	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o convívio</li> <li>Promover as relações interpessoais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Campeonato de dominó com outras Instituições do Concelho</li> <li>Lanche convívio</li> </ul>

Calendarização	Tema	Objetivos	Atividades
01/11/2024	Dia de Todos os Santos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reviver tradições, hábitos e costumes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tertúlia em relação ao dia</li> </ul>
05/11/2024	Dia Mundial do Cinema	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar uma sessão de cinema, com bilhetes e pipocas</li> </ul>
11/11/2024	Dia de São Martinho	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o contato entre clientes</li> <li>• Reviver tradições</li> <li>• Promover o convívio</li> <li>• Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realização de um magusto com os utentes da ERPI e do CD</li> <li>• Lenda de São Martinho</li> <li>• Tarde de cantares</li> </ul>
24/11/2024	Dia Mundial da Ciência	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir novas experiências</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ida ao Museu da Ciência</li> </ul>
05/12/2024	Dia Internacional do Voluntário	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular e valorizar a participação dos voluntários</li> <li>• Promover o convívio e a interação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oferta de uma lembrança aos voluntários da Instituição</li> <li>• Almoço Convívio com Voluntários</li> </ul>
10/12/2024	Dia Internacional dos Direitos Humanos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartões com os direitos universais e debate sobre esses direitos</li> </ul>
16 a 20/12/2024	Semana Comemorativa do Natal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a motricidade</li> <li>• Explorar a criatividade dos clientes</li> <li>• Fomentar a participação dos clientes</li> <li>• Valorizar as capacidades dos clientes</li> <li>• Participar em atividades Concelhias</li> <li>• Relembrar tradições</li> <li>• Lazer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparação das decorações de Natal</li> <li>• Preparação da celebração/ convívio de Natal</li> </ul>
20/12/2024	Festa de Natal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular a participação</li> <li>• Promover a interação entre os clientes, colaboradores e familiares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Almoço Convívio com os clientes da ERPI, do CD, da Creche, da Academia Cultural Sénior e familiares</li> <li>• Tarde de muita música e animação</li> </ul>
30/12/2024	Festa de Final de Ano		

---

### 3.4. Área Clínica

No decorrer dos últimos anos, continua-se a assistir a um envelhecimento demográfico bastante acentuado, motivado pelo aumento da esperança média de vida, o que origina uma maior preocupação com os cuidados de saúde, de forma a melhorar a qualidade de vida da população idosa, uma vez que experienciamos, cada vez mais, um elevado índice de incapacidade nesta faixa etária.

Sabendo que o envelhecimento é um processo acompanhado de perdas biológicas e alterações complexas, coloca sem dúvida novos desafios e novas exigências aos sistemas de saúde e, respetivamente, aos profissionais desta área.

Tendo esta consciência, é unânime a necessidade de existência, neste tipo de Instituições, de uma equipa clínica multidisciplinar, possibilitando a sistematização dos conhecimentos das diferentes áreas, de forma a melhorar a efetividade das intervenções e aprimorar os serviços a serem prestados. Nestas equipas existe uma inter-relação entre os diferentes profissionais envolvidos, os quais consideram o doente como um todo, numa atitude humanizada, bem como numa abordagem mais ampla e resolutiva do cuidado.

De forma a dar resposta aos desafios inerentes aos nossos residentes, a ARPIAC continuará a investir na sua área clínica, mantendo, na sua composição, especialidades que considera importantes para o efeito, nomeadamente médica, enfermagem, nutrição e fisioterapia.

A assistência médica e de enfermagem procurará contribuir para o bem-estar dos nossos residentes, através de uma prestação de cuidados de qualidade, de modo integral, numa perspetiva holística do ser humano, desempenhando atividades de promoção da saúde e prevenção da doença, assim como o tratamento de condições específicas dentro da respetiva área de competência e conhecimento.

O aconselhamento nutricional adequado proporcionará a prevenção de estados de desnutrição, contribuindo assim para a redução do impacto das doenças crónicas e, conseqüentemente, promovendo um envelhecimento saudável e ativo.

O serviço de fisioterapia, através dos seus recursos próprios, ambicionará a prevenção das alterações inerentes ao envelhecimento, assim como o restauro e/ou a manutenção da autonomia e da funcionalidade, contribuindo para a missão major que é a promoção de qualidade de vida, através de um envelhecimento saudável e ativo. Não obstante, este serviço prevê ainda manter o atendimento a colaboradores e associados, procurando dar resposta às suas necessidades específicas, dentro do seu corpo de saberes.

## 4. ORÇAMENTO PREVISIONAL

### 4.1. Orçamento Previsional Comparativo

Conta	Descrição	2023	2024	
<b>61</b>	<b>Custo mercadorias vendidas e matérias consumidas</b>	<b>183 397</b>	<b>193 950</b>	5,44%
621	Subcontratos	28 858	32 000	9,82%
6221	Trabalhos especializados	57 136	59 350	
6223	Vigilância e segurança	1 230	1 230	
6224	Honorários	40 564	41 100	
6225	Comissões	650	650	
6226	Conservação e reparação	28 648	29 650	
6228	Outros serviços	870	850	
622	Serviços especializados	129 098	132 830	2,81%
6231	Ferramentas utensílios desgaste rápido	7 066	10 250	
6233	Material escritório	11 909	11 900	
6238	Materiais diversos	8 800	9 000	
623	Materiais	27 775	31 150	10,83%
6241	Eletricidade	17 430	22 500	
6242	Combustíveis	7 001	7 900	
6243	Água	9 340	10 420	
6244	Gás	48 250	26 980	
624	Energia e fluidos	82 021	67 800	-20,97%
625	Deslocações, estadas e transportes	5 250	6 000	12,50%
6261	Rendas	240	240	
6262	Comunicação	11 249	11 350	
6263	Seguros	9 980	10 120	
6265	Contencioso e notariado	50	310	
6267	Limpeza, higiene e conforto	58 433	57 980	
6268	Outros serviços	15 860	14 880	
626	Serviços diversos	95 812	94 880	-0,98%
<b>62</b>	<b>Fornecimentos e serviços externos</b>	<b>368 814</b>	<b>364 660</b>	-1,14%
6321	Remunerações certas	986 550	1 035 580	
6322	Remunerações adicionais	58 860	59 920	
634	Indemnizações	6 007	0	
635	Encargos sobre remunerações	240 850	248 650	
636	Seguro acidentes de trabalho e doenças profissionais	19 890	20 000	
638	Outros gastos com pessoal	3 770	4 000	
<b>63</b>	<b>Gastos com pessoal</b>	<b>1 315 927</b>	<b>1 368 150</b>	3,82%
<b>64</b>	<b>Gastos de depreciação e amortização</b>	<b>100 220</b>	<b>120 880</b>	
<b>68</b>	<b>Outros gastos e perdas</b>	<b>293</b>	<b>400</b>	
<b>69</b>	<b>Gastos e perdas de financiamento</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>TOTAL DE GASTOS PREVISTOS</b>	<b>1 968 650</b>	<b>2 048 040</b>	3,88%
7211	Infância e Juventude	77 100	35 800	
7212	Terceira Idade	810 448	850 964	
7213	Academia Cultural Sénior	24 350	15 750	
7214	Ginásio - Sócios e Colaboradores	696	700	
721	Total Matrículas e Mensalidades	912 594	903 214	-1,04%
722	Quotizações e Taxas	23 000	30 000	
725	Serviços Secundários	2 500	3 000	
<b>72</b>	<b>Prestações de serviços</b>	<b>938 094</b>	<b>936 214</b>	-0,20%
<b>75</b>	<b>Subsídios, Doações e legados à exploração</b>	<b>987 390</b>	<b>1 071 800</b>	
<b>78</b>	<b>Outros rendimentos (Inclui microprod. e Imputação subsídios)</b>	<b>47 505</b>	<b>44 500</b>	
<b>79</b>	<b>Juros, dividendos e outros rendimentos similares</b>	<b>56</b>	<b>60</b>	
	<b>TOTAL RENDIMENTOS PREVISTOS</b>	<b>1 973 045</b>	<b>2 052 574</b>	3,87%
	<b>RESULTADO PREVISIONAL</b>	<b>4 394</b>	<b>4 534</b>	

Cacém, 03 de Novembro de 2023

O Contabilista Certificado nº 49093

A Direção

*João Venâncio*

*Manuel Figueiredo*

## 4.2. Demonstração dos Resultados por Naturezas

Conta	RENDIMENTOS	2023		2024	
<b>72</b>	<b>Prestações de serviços</b>				
721	Total Matrículas e Mensalidades	912 594		903 214	
722	Quotizações e Taxas	23 000		30 000	
725	Outros	2 500	<b>938 094</b>	3 000	<b>936 214</b>
<b>75</b>	<b>Subsídios, doações e legados à exploração</b>				
7511	ISS,IP - Centro Regional	960 090		1 051 800	
7512	Subsídios Outras Entidades	23 500		16 500	
753	Doações e heranças	3 800	<b>987 390</b>	3 500	<b>1 071 800</b>
<b>78</b>	<b>Outros rendimentos e ganhos</b>				
	Imputação de subsídios investimento	40 500		35 650	
	Microprodução de energia	7 005		8 850	
	Rendimentos diversos	0	<b>47 505</b>	0	<b>44 500</b>
	<b>GASTOS</b>				
<b>61</b>	<b>Custo mercadorias vendidas e matérias consumidas</b>				
612	Matérias primas, subsídios e consumo	-183 397	<b>-183 397</b>	-193 950	<b>-193 950</b>
<b>62</b>	<b>Fornecimentos e serviços externos</b>				
621	Subcontratos	-28 858		-32 000	
622	Serviços especializados	-129 098		-132 830	
623	Materiais	-27 775		-31 150	
624	Energia e fluidos	-82 021		-67 800	
625	Deslocações, estadas e transportes	-5 250		-6 000	
626	Serviços diversos (inclui passeios e bar)	-95 812	<b>-368 814</b>	-94 880	<b>-364 660</b>
<b>63</b>	<b>Gastos com pessoal</b>				
632	Remunerações do pessoal	-1 045 410		-1 095 500	
634	Indemnizações	-6 007		0	
635	Contribuições Segurança Social	-240 850		-248 650	
636	Seguro acidentes trabalho e doenças profissionais	-19 890		-20 000	
638	Outros gasto com pessoal	-3 770	<b>-1 315 927</b>	-4 000	<b>-1 368 150</b>
<b>68</b>	<b>Outros gastos e perdas</b>				
682/9	Outros gastos e perdas diversas	-293	<b>-293</b>	-400	<b>-400</b>
	<b>Resultados antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos</b>	<b>104 558</b>	<b>104 558</b>	<b>125 354</b>	<b>125 354</b>
<b>64</b>	<b>Gastos de depreciação e amortização</b>				
642	Activos fixos tangíveis	-100 220	<b>-100 220</b>	-120 880	<b>-120 880</b>
	<b>Resultados operacionais antes de gastos de financiamento e impostos</b>	<b>4 338</b>	<b>4 338</b>	<b>4 474</b>	<b>4 474</b>
791	Juros e rendimentos similares obtidos	56		60	
691	Juros e gastos similares suportados	0	<b>56</b>	0	<b>60</b>
	<b>Resultados antes de impostos</b>	<b>4 394</b>	<b>4 394</b>	<b>4 534</b>	<b>4 534</b>
	Imposto sobre rendimento período	0	0	0	0
	<b>Resultado líquido previsional</b>	<b>4 394</b>	<b>4 394</b>	<b>4 534</b>	<b>4 534</b>

Cacém, 03 de Novembro de 2023

O Contabilista Certificado nº 49093

A Direção

*João Venâncio*

*Manuel Figueiredo*

### 4.3. Mapa Demonstrativo Previsional de Prestação de Serviços

Conta	Descrição	2023	2024	
	<b>Prestação de Serviços</b>			
<b>72</b>	<b>Creche</b>	<b>77 100</b>	<b>35 800</b>	<b>-115,36%</b>
7211	Mensalidades	77 100	35 800	
	Serviços diversos	0	0	
<b>72</b>	<b>Respostas Sociais / Serviços</b>	<b>811 144</b>	<b>851 664</b>	<b>4,76%</b>
	Mensalidades ERPI	628 348	659 760	
	Mensalidades Centro Dia	75 220	78 980	
	Mensalidades Serviço de Apoio Domiciliário	106 880	112 224	
	Ginásio - Sócios e Colaboradores	696	700	
<b>7213</b>	<b>Academia Cultural</b>	<b>24 350</b>	<b>15 750</b>	<b>-54,60%</b>
	Inscrição, seguros e propinas	11 500	11 600	
	Actividades recreativas e culturais	12 750	4 000	
	Serviços diversos	100	150	
<b>722</b>	<b>Quotizações e Inscrições</b>	<b>23 000</b>	<b>30 000</b>	<b>23,33%</b>
<b>725</b>	<b>Serviços Secundários</b>	<b>2 500</b>	<b>3 000</b>	<b>16,67%</b>
	<b>TOTAL</b>	<b>938 094</b>	<b>936 214</b>	<b>-0,20%</b>

Cacém, 03 de Novembro de 2023

O Contabilista Certificado nº 49093

A Direção

*João Venâncio*

*Manuel Figueiredo*

## 4.4. Mapa Demonstrativo Previsional de Comparticipações e Subsídios à Exploração

Conta	Descrição	2023	2024	
	<b>Prestação de Serviços</b>			
<b>75</b>	<b>Subsídios, Doações e Legados à Exploração</b>			
<b>751</b>	<b>Subsídios do Estado e Outros Entes Públicos</b>			
<b>7511</b>	<b>ISS,IP - Centro Regional Segurança Social</b>	<b>960 090</b>	<b>1 051 800</b>	
75111	Creche	381 860	444 000	14,00%
75112	<b>Respostas Sociais/ Idosos</b>	<b>578 230</b>	<b>607 800</b>	
	ERPI	400 700	421 000	4,82%
	Centro de Dia	39 330	41 400	5,00%
	Serviço de Apoio Domiciliário	138 200	145 400	4,95%
<b>751</b>	<b>Outras Entidades Públicas</b>	<b>23 500</b>	<b>16 500</b>	
	IEFP	0	0	
	Consignação IRS	3 500	3 500	
	Segurança Social (Layoff)	0	0	
	Outras Entidades	5 000	3 000	
	PAFI	15 000	10 000	
<b>753</b>	<b>Outras entidades particulares</b>	<b>3 800</b>	<b>3 500</b>	-8,57%
	<b>TOTAL</b>	<b>987 390</b>	<b>1 071 800</b>	<b>7,88%</b>

Cacém, 03 de Novembro de 2023

O Contabilista Certificado n° 49093

A Direção

*João Venâncio*

*Manuel Figueiredo*

---

## 5. PARECER DO CONSELHO FISCAL

Senhores associados,

No dia 07 do mês de novembro do ano de dois mil e vinte e três foram fornecidos a este Conselho Fiscal programa de ação e o orçamento de 2024. Procedeu-se assim à análise dos mesmos.

Relativamente ao plano de ação o mesmo encontra-se em linha com o que a direção decidiu quando se candidatou.

Relativamente aos objetivos estratégicos, este conselho fiscal não vê com agrado a profissionalização da gestão da instituição, relativamente ao custo que isso irá acarretar para a instituição.

Relativamente ao orçamento para o ano de 2024, o mesmo está em condições de ser aprovado, estando sempre presente as condições externas à instituição.

Posto isto, os elementos disponibilizados consideram-se consistentes com a realidade atual, e este Conselho Fiscal avalia positivamente o orçamento proposto para o ano de 2024, por esse facto propõe que sejam aprovadas em Assembleia Geral, a realizar em 24 de novembro de 2023.

Aigualva – Cacém 08 de novembro 2023

O Conselho Fiscal

O Presidente

Nuno José Carlos

A vice-presidente

Julietta Pinho.



---

---

## **A Direção**

Aprovado por unanimidade na Reunião de 08 de Novembro de 2023.

### **O Presidente**

---

(Manuel Figueiredo)

### **O Vice-Presidente**

---

(Carlos Teixeira)

### **A Tesoureira**

---

(Maria do Rosário Santos)

### **A Vogal**

---

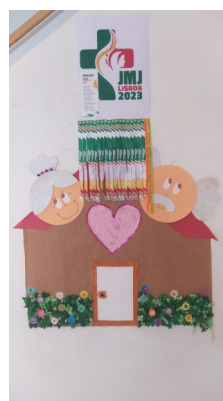
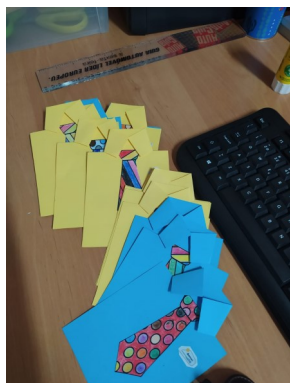
(Inês Anacleto)

### **O Vogal**

---

(Armando Gonçalves)

Trabalhos manuais e atividades dos nossos idosos da ERPI e CD



Trabalhos manuais das nossas crianças da Creche



Trabalhos dos alunos da Academia Cultural Sénior do ano letivo 2022/2023



