



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Plano Anual de Ação



2023

Ega, 7 de Novembro de 2022



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Índice

Índice

Introdução.....	3
Caracterização da Instituição	4
Fontes de financiamento	5
Respostas Sociais.....	6
Quadro de pessoal	8
Organograma	9
Princípios de Ação	10
Valores.....	10
Análise do contexto organizacional	11
Análise SWOT	11
Objetivo Estratégico	12
Eixos de intervenção	12
1) Recursos financeiros, físicos e materiais.....	12
2) Recursos Humanos	13
Plano de Formação 2023.....	13
Serviço de Psicologia	14
Com os Utentes	14
Com os colaboradores.....	15
Enquadramento	18
Plano de atividades semanais ERPI	19
Plano de atividades anuais.....	21
Conclusão	26



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Siglas

CSPE- Centro Social Polivalente de Ega;

IPSS- Instituição Particular de Solidariedade Social;

SAD- Serviço de Apoio Domiciliário;

CD- Centro de Dia;

ERPI- Estrutura Residencial Para Idosos;

ISS- Instituto da Segurança Social;

PO APMC- Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas

PES-Programa de Emergência Social.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Introdução

No presente documento definimos a estratégia da instituição para o próximo ano, dividindo o mesmo em duas grandes partes: o plano de ação e o orçamento.

O plano de ação tem como objetivo ser um instrumento de gestão e enquadramento institucional, através da projeção de ação para ano de 2023. Posto isto, apresentamos uma breve caracterização da instituição e das suas respostas sociais, explanando os objetivos estratégicos.

A primeira parte do plano será apresentada da seguinte forma: caracterização da Instituição, das suas respostas sociais e projetos que abrange; os princípios de ação e o objetivo estratégico delineado para o ano de 2023, apurado através da avaliação do contexto organizacional.

Na segunda e última parte apresentamos a calendarização das atividades a desenvolver ao longo do ano.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Caracterização da Instituição

Designação: Centro Social Polivalente de Ega

Localização: Rua da Calçada nº20, Casal da Vila, Ega

3150-256 Condeixa

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

Atividade principal: Ação Social

NIPC: 501 266 992

Data da constituição: 21/01/1977

Início da Atividade Social: 03/08/1989

Respostas Sociais:

Serviço de Apoio Domiciliário (SAD);

Centro de Dia (CD);

Estrutura Residencial Para Idosos (ERPI)

Acordos de Cooperação

Instituto da Segurança Social (ISS) do Centro Distrital de Coimbra

SAD: 35 clientes;

CD: 30 clientes;

ERPI: 48 clientes, dos quais 10 correspondem a vagas reservadas à Segurança Social e 12 a vagas não participadas.

Outros respostas

- Projeto “Desafio Sénior”;
- Projeto CLDS 4G
- Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas (PO APMC);
- Cantina Social;



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

- Loja Social;
- Banco de produtos de apoio;
- Gabinete Social.

Parceiros

- Segurança Social;
- Câmara Municipal de Condeixa-a-Nova;
- Centro de Emprego de Coimbra;
- Escola Superior de Educação de Coimbra;
- Instituto Superior Miguel Torga;
- Escola Secundária Fernando Namora;
- Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.

Cooperação

- Concelho Local de Ação Social de Condeixa;
- Equipa de Intervenção Direta;
- Rendimento Social de Inserção;
- Programa de Emergência Social (PES).

Gestão

Os órgãos estatutários são os seguintes:

- Assembleia Geral;
- Direção;
- Conselho fiscal

Fontes de financiamento

- Acordos com entidades oficiais;
- Comparticipação dos clientes das respostas sociais;
- Subsídios atribuídos por entidades oficiais;
- Quotas dos sócios;
- Donativos.

Representante legal

⇒ Presidente da Direção.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Respostas Sociais

Centro de Dia

Esta valência tem como objetivo receber Idosos que se encontram inseridos no seu meio, mas que estão em risco de acelerar o processo de envelhecimento. Coadjuva para a manutenção dos Idosos no seu meio socio familiar e como objetivo estratégico pretendemos melhorar o bem-estar dos utentes, bem como promover a sua saúde e qualidade de vida.

O Centro Social P. de Ega tem Acordo de Cooperação com o ISS, EP para 30 utentes.

Prestamos um conjunto de serviços que satisfazem as necessidades dos utentes, presta apoio psicossocial e fomenta as relações interpessoais evitando assim o isolamento.

Atividades definidas em plano.

SAD

O Serviço de Apoio Domiciliário é a resposta social que presta serviços e cuidados individualizados a Idosos que se encontrem no domicílio em situação de dependência física, psicológica e que não consigam assegurar a satisfação das suas necessidades básicas e atividades da vida diária. Neste sentido tem como objetivos:

- Contribuir para a permanência dos Utesntes no seu meio habitual de vida;
- Contribuir para a qualidade de vida das pessoas e suas famílias;
- Promover estratégias de desenvolvimento da autonomia;
- Prestar cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes;
- Promover as competências das famílias e outros cuidadores.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

O Centro Social P. de Ega tem Acordo de cooperação com o Instituto de Segurança Social para 35 utentes e estes poderão usufruir dos seguintes serviços:

- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene habitacional;
- Fornecimento e apoio de refeições;
- Tratamento de roupa do Utente;
- Atividades de animação e socialização.

ERPI

A ERPI constitui uma resposta social que proporciona serviços permanentes e adequados às necessidades biopsicossociais das pessoas idosas. O seu principal objetivo é promover o bem-estar físico, social e mental dos seus clientes.

Tem como objetivos específicos:

- Disponibilizar os apoios necessários às famílias dos clientes, no sentido de preservar e fortalecer os laços familiares;
- Contribuir para uma velhice estável, confortável e condigna, permitindo uma vida com maior estabilidade e segurança afetiva;
- Proporcionar ao cliente oportunidades para exprimir e desenvolver, individual e coletivamente, as suas capacidades;
- Despistar problemas de saúde, realizando o seu encaminhamento para técnicos de saúde especializados

O CSPE tem capacidade para acolher 60 utentes, sendo que destes 48 são protocolizados com o ISS e 10 reservados ao mesmo. As restantes 12 vagas não têm acordo com o ISS.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

Quadro de pessoal

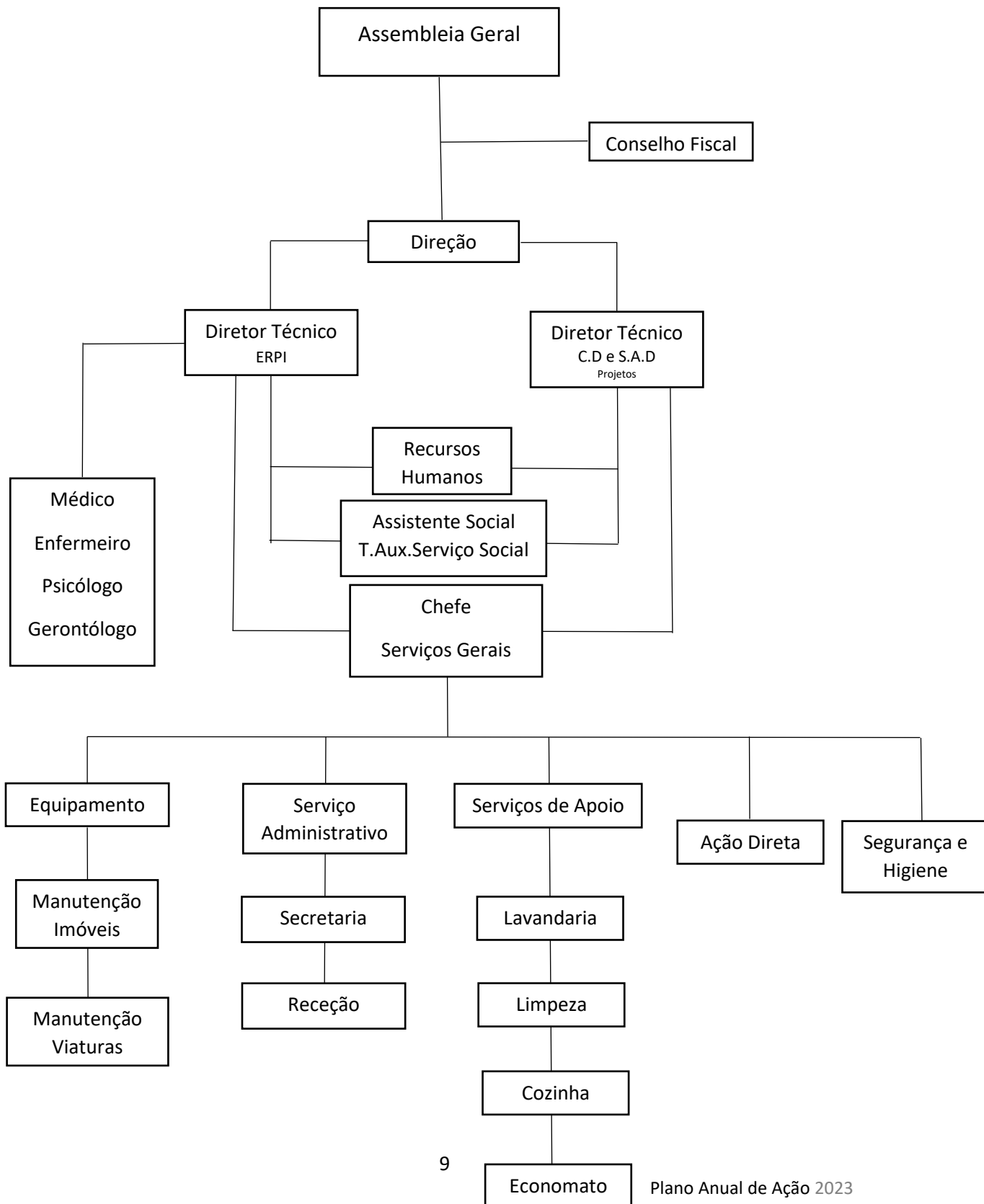
Centro de Dia, E.R.P.I.,S.A.D.						
Afetação						
Categoria Profissional	Nº.	ERPI	C.D.	S.A.D.	Hab.Literárias	Vínculo
Diretor Téc. C.D,SAD e Projetos/Psicóloga	1	50%	25%	25%	Licenciatura	Efetiva
Diretor Técnico ERPI/Gerontóloga	1	100%	0%	0%	Mestrado	Efetiva
Assistente Social	1	50%	25%	25%	Licenciatura	Efetiva
Encarregada Geral	1	50%	25%	25%	Licenciatura	Efetiva
Enfermeira	1	80%	20%	0%	Licenciatura	Efetiva
Escriturária	1	50%	25%	25%	12ºano	Efetiva
Escriturária	1	50%	25%	25%	Licenciatura	Efetiva
Ajudantes de Ação Direta	14	100%	0%	0%	Esc. Obrigatória	Efetivas
	1	50%	25%	25%	12ºano	Efetiva
	1	100%	0%	0%	12ºano	Contrato a termo
	1	50%	20%	30%	12ºano	Efetiva
	1	10%	90%	0%	Esc. obrigatória	Efetiva
	4	0%	10%	90%	Esc. Obrigatória	Efetiva
Aux.Serv.Gerais	1	80%	10%	10%	Esc. Obrigatória	Efetivo
	3	50%	50%	0%	Esc. Obrigatória	Efetiva
	1	0%	10%	90%	12ºano	Efetiva
	1	0%	50%	50%	12ºano	Efetiva
	3	50%	50%	0%	Esc. Obrigatória	Contrato a termo
	3	100%	0%	0%	Esc. Obrigatória	Contrato a termo
	1	75%	25%	0%	Esc. Obrigatória	Efetiva
Cozinheiras	2	50%	25%	25%	Esc. Obrigatória	Efetivas
Ajudantes de cozinheira	2	50%	25%	25%	Esc. Obrigatória	Efetivas
Ajudante de cozinheira	1	50%	25%	25%	Esc. Obrigatória	Contrato a termo
Técnica Aux. Serv. Social	1	50%	40%	10%	12ºano	Efetiva
Assistente Social	1	100% CLDS4G			Licenciatura	Contrato a termo incerto
Psicólogo	1	100% CLDS4G			Licenciatura	Contrato a termo incerto



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Organograma





CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Princípios de Ação

- **Visão:** Ser uma Instituição de referência, reconhecida pela qualidade dos serviços prestados, com uma notoriedade forte e credível.
- **Missão:** Prestar serviços qualidade individualizados e humanizados, numa perspectiva de melhoria contínua, procurando responder às necessidades e expetativas dos clientes, famílias e comunidade.

Valores

Solidariedade	Apoiar os clientes, famílias e a comunidade local na satisfação das suas necessidades.
Dignidade	Promover o respeito pela dignidade humana.
Respeito	Aceitar o outro como é, respeitando a sua cultura, crenças e valores, tratando-o da forma como gostaríamos de ser tratados.
Equidade	Cuidar de todos de forma justa e imparcial, independentemente da nossa simpatia ou opinião.
Qualidade	Comportar-se com os outros e com a instituição, de forma sincera, frontal e verdadeira.
Profissionalismo	Executar as tarefas com rigor, dedicação e profissionalismo, zelando pelos bens da instituição, clientes e famílias.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

Análise do contexto organizacional

O presente plano de ação foi elaborado com recurso à avaliação diagnóstica da instituição (através da aplicação da metodologia de “Análise SWOT”).

Com a aplicação da metodologia mencionada, foi possível elaborar um documento de carácter estratégico fulcral para delinear e definir as estratégias a implementar.

Análise SWOT

Pontos Fortes	Pontos Fracos
<ul style="list-style-type: none"> • Instalações e equipamentos adequados às necessidades dos clientes; • Qualidade dos serviços prestados – focalização no cliente; • Equipa multidisciplinar; • Formação contínua dos colaboradores; • Diversidade de respostas e serviços; • Transparência e responsabilidade na atuação e gestão; • Equilíbrio financeiro; • Notoriedade junto dos parceiros e entidades; • Visibilidade na comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Vulnerabilidade financeira (dependência de subsídios e apoios); • Grau de dependência dos clientes; • Dificuldade em contratar recursos humanos; • Capacidade insuficiente na climatização da instituição.
Oportunidades	Ameaças
<ul style="list-style-type: none"> • Envelhecimento da população; • Falta de respostas seniores, na comunidade; • Parcerias; • Localização geográfica privilegiada; • Prestígio junto da comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Baixos rendimentos dos clientes e suas famílias; • Falta de recursos humanos qualificados; • Aumento salarial sem acompanhamento de receitas por parte do estado; • Dependência económica/ financeira da instituição para com os acordos de cooperação.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Objetivo Estratégico

A estratégia do CSPE para o ano de 2023 foi delineada de acordo com os seus princípios de atuação, pelo que, se apoiará num conjunto de objetivos, que constituem os pilares do presente plano:

- Angariar novos utentes;
- Manter a qualidade na prestação de serviços;
- Melhorar a satisfação dos colaboradores;
- Valorizar o potencial estratégico dos Recursos Humanos;
- Melhorar a eficiência da área das compras;
- Garantir a melhor gestão dos equipamentos e instalações;
- Melhorar a satisfação dos clientes;
- Fomentar a proximidade entre a Instituição e a comunidade envolvente;
- Promover a sustentabilidade financeira da Instituição.

Eixos de intervenção

1) Recursos financeiros, físicos e materiais

Recursos Financeiros	Estratégia
Promover a sustentabilidade financeira da instituição.	<ul style="list-style-type: none">● Desenvolver campanha para angariação de donativo relativo à consignação do IRS;● Controlar os gastos com consumíveis;● Sensibilizar os clientes e colaboradores para a adequada utilização dos recursos.
Melhorar a eficácia da área de compras	<ul style="list-style-type: none">● Controlo de <i>Stocks</i>;● Solicitar orçamento a vários fornecedores;● Atualizar as fichas dos fornecedores;● Dar continuidade à metodologia de avaliação dos fornecedores.
Recursos Físicos	Estratégia
Garantir a Manutenção dos Espaços Envolventes	Até ao final do ano manter os espaços de lazer em bom estado de conservação.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

Gerir de Forma Sustentada os Recursos Existentes	Até ao final do ano controlar e registar as avarias dos equipamentos.
Recursos Materiais	Estratégia
Implementar um Sistema de Controlo de Custos por Centro de Responsabilidade	Elaborar um sistema de utilização de recursos existentes de forma a otimizar a sua utilização. Tendo em consideração a utilização dos recursos de forma eficiente.

2) Recursos Humanos

A Direção tem especial preocupação com os Recursos Humanos da Instituição, pois têm a perceção para que se atinjam níveis de grande motivação e satisfeitos para o desempenho das suas tarefas e envolver os funcionários na missão da Instituição. Para tal é essencial investir na formação dos Recursos Humanos e por isso iremos continuar a desenvolver parcerias com entidades formadoras para proporcionar formação certificada aos nossos colaboradores, com o objetivo de melhorar os serviços prestados.

Para o próximo ano, o nosso plano de formação contempla áreas diversificadas de acordo com necessidades sentidas e também reveladas pelos colaboradores.

Plano de Formação 2023

Área de Formação	Duração	Cronograma	Destinatários
A atitude perante o Idoso	25h	01.01.2023 a 31.12.2023	Colaboradores
Términus de vida do Idoso - morte	25h	01.01.2023 a 31.12.2023	Colaboradores
Gestão emocional	25h	01.01.2023 a 31.12.2023	Colaboradores
Higiene e Segurança no Trabalho	25h	01.01.2023 a 31.12.2023	Colaboradores
Capacitação Digital	25h	01.01.2023 a 31.12.2023	Colaboradores



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Serviço de Psicologia

Pretendemos com o apoio psicológico minorar a ansiedade, as fragilidades e o agravamento do estado de saúde. Com este apoio prevemos gerir emoções, promover o sentimento de segurança dos utentes, bem como dos colaboradores.

As intervenções deste serviço visam contrariar o declínio cognitivo, promover o ajustamento emocional, bem como a promoção de relações interpessoais e da comunicação interpessoal.

Outro grande objetivo será incentivar a participação nas atividades programadas no Plano Anual de Atividades.

Neste sentido, planificamos para o próximo ano:

Com os Utentes

Atividade	Objetivo	Cronograma
• Apoio à integração/adaptação à ERPI	Minimizar o impacto da institucionalização e promover uma adaptação positiva à nova realidade.	De 01.01.2023 a 31.12.2023
• Promoção do relacionamento com as suas famílias e pessoas significativas	Reforçar e manter as relações familiares e pessoas significativas dos utentes	De 01.01.2023 a 31.12.2023
• Estimulação cognitiva e sensorial	Realização de atividades interdisciplinares para estimulação cognitiva: realizada em grupo ou individualmente terá a função de prevenir e/ou retardar a deterioração das faculdades mentais. Aqui serão realizados exercícios validados que estimulem a memória, raciocínio, atenção e	De 01.01.2023 a 31.12.2023



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

	concentração, funções executivas, cálculo, linguagem e o sensório-motor, em articulação com a Animadora da Instituição.	
• Gestão de conflitos	Através da promoção de atividades de estimulação e promovendo a interação entre os utentes, prevenindo o aparecimento de conflitos ou servindo de mediadora na gestão de conflitos existentes.	De 01.01.2023 a 31.12.2023
• Promoção do desenvolvimento social	A realização de sessões de grupo promoverá a partilha de experiência e a criação de laços entre os participantes, reduzindo assim o isolamento.	De 01.01.2023 a 31.12.2023
• Encontros Intergeracionais	Os encontros com crianças das escolas próximas, utentes de outras instituições promoverão espaços de partilha de saberes e afetos entre gerações.	De 01.01.2023 a 31.12.2023
• Aconselhamento e orientação dos familiares da pessoa idosa	Atendimento disponível aos familiares dos Utentes da Instituição.	De 01.01.2023 a 31.12.2023

Com os colaboradores

Atividade	Objetivos	Cronograma
• Gestão emocional das equipas	Promover a humanização nos cuidados diretos, nas relações interpessoais, promovendo também o bem-estar dos funcionários.	De 01.01.2023 a 31.12.2023
• Gestão de conflitos	Através da promoção de atividades de estimulação e promovendo a interação entre os funcionários, prevenindo o aparecimento de conflitos ou servindo de mediadora	Atividade anual



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

	na gestão de conflitos existentes.	
<ul style="list-style-type: none">Plano de Formação	Desenvolver em parceria com Entidades Formadoras certificadas a qualificação profissional dos funcionários, elaborando um plano de formação adequado a estes, reforçando assim a sua motivação para a participação nas diversas formações.	De 01.01.2023 a 31.12.2023



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Plano de Atividades



2023



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Enquadramento

O presente plano tem como principal objetivo implementar um conjunto de ações de animação e estimulação direcionadas aos utentes do Centro Social Polivalente de Ega (CSPE), estas ações serão planeadas tendo em consideração as características individuais dos utentes, respeitando assim, os diferentes níveis de autonomia e dependência de cada um. Como tal, cada atividade será previamente adaptada às suas limitações, uma vez que, com o aumento da idade aumenta a prevalência dos diversos tipos de incapacidades.

No decorrer da planificação esperamos desenvolver ações para promover uma velhice bem-sucedida aos nossos utentes, para tal, as atividades selecionadas terão como principais objetivos: estabilizar ou retardar o processo de envelhecimento; combater o sentimento de abandono; promover o bem-estar e autoestima; fomentar momentos de boa disposição; promover a troca de experiências entre os utentes; evidenciar as competências cognitivas e de motricidade.

O plano contemplará atividades que decorreram ao longo do ano anterior, uma vez que as mesmas evidenciaram uma grande adesão dos utentes.

Em suma, com a implementação do presente plano esperamos garantir o bem-estar, a qualidade de vida, a felicidade e satisfação dos idosos do CSPE.

Nos quadros abaixo apresentados, estão expostas as propostas de atividades a concretizar. Importa realçar a sua possível alteração no decorrer da aplicação das mesmas, consoante se demonstre mais pertinente e/ou necessário



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

Plano de atividades semanais ERPI

Calendarização	Domínio	Atividades	Objetivos
Semanal	Estimulação Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • Terapia orientada para a realidade; • Treino de leitura e escrita; • Exercícios de memória, linguagem, orientação e atenção; • Jogos de tabuleiro; 	<ul style="list-style-type: none"> • Preservar e melhorar o desempenho das funções cognitivas; • Prevenir o declínio cognitivo; • Promover a orientação espaço temporal; • Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo.
	Atividades de expressão plástica e musicais	<ul style="list-style-type: none"> • Atelier de pintura; • Atelier de costura; • Aulas de música (canto). 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver as capacidades de imaginação e criatividade; • Estimular a memória; • Estimular a motricidade fina; • Dinamizar momentos de convívio, animação e socialização.
	Estimulação física e motora	<ul style="list-style-type: none"> • Aulas de atividade física; • Caminhadas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a sensação de bem-estar; • Fortalecer os músculos; • Promover as competências motoras.
	Atividades de desenvolvimento pessoal e social	<ul style="list-style-type: none"> • Datas festivas; • Atividades promovidas por entidades locais; 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer o convívio social; • Respeitar os hábitos e tradições dos idosos; • Combater o estigma associado ao envelhecimento.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

		<ul style="list-style-type: none">• Visitas lúdicas e culturais ao exterior.	
	Atividades para a Saúde	<ul style="list-style-type: none">• Medição da tensão arterial;• Controlo do peso.	<ul style="list-style-type: none">• Monitorizar os problemas de saúde dos clientes.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

Plano de atividades anuais

Mês	Tema	Atividades	Objetivos
Janeiro	Dia de Reis	<ul style="list-style-type: none"> • Confeção de um bolo de rei com os utentes. Lanche convívio. • Cantar das janeiras. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momento de convívio e alegria; • Relembrar as tradições.
Fevereiro	Carnaval	<ul style="list-style-type: none"> • Criação individual de máscaras e trajes de Carnaval; • Concurso de mascarada onde os utentes têm de adivinhar quem está mascarado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Estimular a motricidade fina; • Desenvolver e estimular a criatividade; • Manter as tradições carnavalescas.
Março	Dia da Mulher	<ul style="list-style-type: none"> • Distribuir uma lembrança a casa mulher da instituição. • Lanche convívio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Valorizar o papel da mulher na sociedade.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

	Dia do Pai	<ul style="list-style-type: none"> Reflexão acerca da importância do papel do pai na vida dos filhos; Oferta de uma lembrança a todos os utentes (pais) da instituição. 	<ul style="list-style-type: none"> Valorizar o papel do pai; Promover a aproximação com a família.
Abril	Páscoa	<ul style="list-style-type: none"> Eucaristia Pascal; Visita Pascal; Lanche com doces tradicionais desta data (folar, pão de ló, ...) 	<ul style="list-style-type: none"> Manter as tradições locais; Promover o convívio e bem-estar; Realizar atividades criativas e recreativas.
Maiο	Dia da Mãe	<ul style="list-style-type: none"> Oferta de uma lembrança a todas as utentes (mães da instituição); Videochamadas/ chamadas telefónicas aos filhos dos utentes. 	<ul style="list-style-type: none"> Valorizar o papel das utentes enquanto mães; Estreitar laços com a família.
	Dia de Nossa Senhora de Fátima	<ul style="list-style-type: none"> Assistir às celebrações de Fátima; Elaboração de um terço decorativo. 	<ul style="list-style-type: none"> Valorizar e respeitar as crenças religiosas.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

	Dia da Família	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar uma tarde de jogos tradicionais entre os utentes e suas famílias; • Criação de um painel com fotos dos utentes e suas famílias. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer os laços entre os utentes e seus familiares; • Valorizar o papel dos utentes na família.
Junho	Dia da Criança	<ul style="list-style-type: none"> • Recolha e exposição de mensagens especiais dos utentes sobre as crianças; • Momento de partilha com os clientes acerca de como foi a sua infância. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relembrar momentos da infância; • Criar momentos de partilha.
	Comemoração dos Santos Populares	<ul style="list-style-type: none"> • Arraial dos Santos Populares com música, baile, sardinhas, ...) • Criação de uma marcha popular com os utentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relembrar tradições; • Proporcionar momentos de lazer; • Incrementar a participação ativa dos utentes.
	Aniversário da instituição	<ul style="list-style-type: none"> • Comemoração do aniversário da instituição com almoço convívio; • Tarde de convívio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de convívio entre sócios, familiares e utentes.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
 Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
 1989-06-27

Julho	Dia Mundial dos Avós	<ul style="list-style-type: none"> • Convidar os netos dos utentes para um lanche convívio; • Realizar um pequeno vídeo com mensagens individuais dos utentes para os seus netos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Valorizar o papel dos avós nas famílias; • Promover a aproximação familiar.
Outubro	Dia Internacional do Idoso	<ul style="list-style-type: none"> • Gravação em vídeo dos concelhos dos utentes para se chegar a idoso; • Elaboração de um painel sobre os direitos dos idosos, reflexão acerca dos mesmos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a interação grupal; • Valorizar a sabedoria e experiência dos utentes.
Novembro	São Martinho	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de um Magusto, ida à feira de São Martinho; 	<ul style="list-style-type: none"> • Relembrar a Lenda de S. Martinho; • Fomentar o convívio; • Vivenciar as tradições populares; • Promover a socialização.
Dezembro	Natal	<ul style="list-style-type: none"> • Decoração da instituição para a época natalícia; • Eucaristia de Natal; • Festa de Natal; 	<ul style="list-style-type: none"> • Estimular a criatividade; • Fomentar o sentimento de união e amor entre os idosos e colaboradores.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

		<ul style="list-style-type: none">• Oferta de prenda a todos os utentes;• Ceia e almoço de Natal.	
--	--	--	--



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Conclusão

O nosso objetivo para o ano de 2023, espelha a determinação da instituição em se afirmar cada vez mais, como um modelo de referência dos cuidados que presta e disponibiliza à comunidade envolvente. O reconhecimento que recebemos por parte dos nossos parceiros institucionais, sócios, fornecedores, mas sobretudo pelos nossos clientes e familiares, é visto, sempre, como uma responsabilidade acrescida, que assumimos, com orgulho, convictos do rumo traçado e do que há a traçar.

O rumo que seguimos transmite-nos serenidade, pois estamos convictos de que a competência e transparência continuarão a permitir-nos contribuir para o bem-estar dos nossos clientes, familiares e comunidade envolvente.



CENTRO SOCIAL POLIVALENTE DE EGA

Pessoa Colectiva Nº 501 266 992
Inst. Utilidade Pública / I.P.S.S. (DL 119/83, de 25-2) D.R., III Série, 90-09-20
1989-06-27

Aprovado em reunião de direção no dia 7 de Novembro de 2022

A Direção:

Jose Luis Rebelo

Maria Helena Duarte Pereira

Maria Helena Marques Alves Branco

António Pires da Silva

João Carlos Santos

Fernanda Conceição

Demétrio Gonçalves Costa