

RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES 2024



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Índice

Introdução.....	pág.3
Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas (ERPI) e Extensão de ERPI.....	pág.4
Centro de Dia - Lousã.....	pág.6
Serviço de Apoio Domiciliário – Lousã.....	pág.8
Centro de Dia – Foz de Arouce.....	pág.10
Serviço de Apoio Domiciliário – Foz de Arouce.....	pág.13
Atividades Socioculturais	pág.15
Psicologia.....	pág.19
Fisioterapia.....	pág.21
Enfermagem.....	pág.23
Cantinas Sociais.....	pág.25
Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas.....	pág.27
Creche.....	pág.29
Jardim de Infância São José.....	pág.33
Outras Ações.....	pág.36
Obras.....	pág.37

Página:	2 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	---------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

INTRODUÇÃO

O ano de 2024 foi repleto de incertezas, que insistem em se manter nos próximos anos, tornando o futuro uma incógnita, com previsão de recuperação muito preocupante para o sector social, que atravessa uma crise financeira sem precedentes.

A Instituição manteve sempre a capacidade de se reorganizar e agir, com vista à superação dos objetivos a que se tinha proposto, continuando o caminho de readaptação. Enfrentámos e ultrapassamos vários desafios, continuando sempre a apostar na otimização das atividades de cada resposta social, numa lógica de racionalização de recursos, primando sempre pela qualidade dos serviços, conforto e bem-estar dos utentes.

A Instituição sempre foi resiliente, e acreditamos que a sua força reside na sua capacidade de compreender a sociedade que a rodeia e saber ser útil para as pessoas da nossa comunidade, mas o Governo tem que se capacitar e apoiar com 50% do custo real do utente, em todas as respostas sociais, caso contrário muitas Instituições ficarão pelo caminho, o que já se verifica

Estamos perante um momento de cautela e de contenção, com o qual não queremos colocar em risco a nossa atividade, mas em simultâneo continuar a dar resposta a novos desafios. É uma constante aprendizagem para superar a nossa ação diária.

No que concerne à concretização das prioridades estabelecidas para o ano de 2024, importa relembrar que as mesmas assentavam em objetivos de sustentabilidade financeira, melhoria contínua, inovação e modernização dos equipamentos sociais, assim como de rentabilização do património, o que não foi concretizado na sua totalidade devido a escassez de recursos financeiros.

Realçar o profissionalismo, trabalho, dedicação e zelo dos nossos colaboradores/es que em muito contribuíram para o desenvolvimento e progresso da Instituição, cumprindo com as tarefas que lhes são atribuídas.

O processo do património do Brasil a decorrer, mas muito lentamente, esperamos que no futuro seja uma mais valia para a Instituição, surgindo um investidor interessado, que prometeu avançar com uma proposta.

Página:	3 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

(ERPI)

- Capacidade da resposta social – 80 utentes
- Número de utentes em Vagas com Acordo de Cooperação – 65
- Número de utentes em Vagas extra Acordo de Cooperação – 15
- Número de lugares por tipologia de quarto:
 - Individual – 2
 - Duplo – 40
 - Triplo – 38
- Número de utentes atendidos – 80 utentes (22 do sexo masculino e 58 do sexo feminino)
- Número de idosos inscritos – 193
- Número de utentes admitidos em 2024 – 26 (6 do sexo masculino e 20 do sexo feminino). Dos 26 utentes admitidos, 12 residiam sozinhos e 14 acompanhados.
- Idades – As idades dos utentes oscilam entre os 54 e os 103 anos.
- Média de idades – A média de idades dos utentes é de 85 anos. A maior incidência situa-se no grupo etário dos 85 aos 89 anos, com 22 utentes; destaca-se também o grupo dos 90 aos 94 anos, com 18 utentes e o grupo etário dos 80 aos 84 anos, com 13 utentes.

Página:	4 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

▪ **Tempo de permanência na resposta social** – A maioria dos utentes (24) frequenta esta resposta social entre 1 e 2 anos.

▪ **Serviços Prestados**

- Alojamento
- Alimentação adequada às necessidades dos utentes, respeitando as prescrições médicas e/ou da nutricionista
- Cuidados de higiene pessoal, conforto e imagem
- Tratamento de roupa
- Higiene dos espaços
- Atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas, ambientais, sociais, ocupacionais, e de estimulação sensorial e cognitiva, que visem contribuir para um clima de relacionamento saudável entre os utentes e para a promoção e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas
- Apoio no desempenho das atividades da vida diária
- Cuidados médicos
- Cuidados de saúde – Médicos e de Enfermagem
- Fisioterapia / Ajudas Técnicas
- Acompanhamento a consultas médicas ou exames complementares de diagnóstico
- Acompanhamento social
- Psicologia / Apoio psicossocial
- Assistência religiosa e espiritual

A ERPI pode, ainda, disponibilizar outro tipo de serviços, não abrangidos pela mensalidade:

- Fornecimento de produtos e dispositivos de incontinência
- Fornecimento de produtos para realização de cuidados de enfermagem
- Fornecimento de suplementos alimentares e espessante
- Serviço de cabeleireiro, manicure e pédicure

Página:	5 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	---------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



- **Capacidade da resposta social** – 45 utentes
- **Número de utentes em Vagas com Acordo de Cooperação** – 45
- **Número de utentes atendidos** – 45 (13 do sexo masculino e 32 do sexo feminino).
- **Número de utentes admitidos em 2024** – 22 (8 do sexo masculino e 14 do sexo feminino). Dos 22 utentes admitidos, 9 residem sozinhos e 13 acompanhados.
- **Idades** – As idades dos utentes de Centro de Dia oscilam entre os 55 e os 90 anos.
- **Média de idades** – A média de idades dos utentes é de 80 anos, verificando-se uma maior incidência na faixa etária dos 80 aos 84 anos, com 17 utentes; destaca-se também o grupo dos 85 aos 89 anos, com 10 utentes e o grupo etário dos 75 aos 79 anos, com 8 utentes.
- **Autonomia** – A maioria dos utentes (76%) são dependentes em grau reduzido a moderado em todas as atividades de vida diária.
- **Grau de isolamento** – Dos 45 utentes integrados nesta resposta social, 25 vivem sós e 20 acompanhados.
- **Tempo de permanência na resposta social** – A maioria dos utentes frequenta esta resposta social entre 6 meses e 1 ano.
- **Funcionamento** – Desde 10 de janeiro de 2022, e ao abrigo do Decreto-Lei 6 - E / 2021 de 15 de janeiro, esta resposta social encontra-se a funcionar de forma transitória nas instalações da Escola Básica das Levedas, as quais foram cedidas temporariamente pela autarquia da Lousã.

Página:	6 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

▪ **Horário** – O Centro de Dia funciona 5 dias por semana (de segunda a sexta feira), entre as 9h e as 18h.

▪ **Serviços prestados**

Serviços básicos

- Alimentação, adequada às necessidades dos utentes, respeitando as prescrições médicas
- Cuidados de higiene pessoal
- Tratamento de roupa
- Atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas, ambientais, sociais, ocupacionais e de estimulação sensorial e cognitiva, que visem contribuir para um clima de relacionamento saudável entre os utentes e para a promoção e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas, nomeadamente:

- Sessões de atividades física / Caminhadas terapêuticas
- Sessões de expressão musical
- Ateliers de artes plásticas
- Oficinas multimédia
- Atividades intergeracionais
- Atividades ocupacionais e de convívio e lazer, a realizar no interior e exterior do Centro de Dia, respeitando a capacidade e interesse dos utentes
- Passeios / Excursões
- Intercâmbios Institucionais

Serviços complementares

- Transporte
- Apoio nas atividades de vida diária e na aquisição de bens e serviços
- Apoio na saúde
- Acompanhamento social
- Psicologia
- Enfermagem

Serviços extra

- Fornecimento da alimentação aos fins de semana e feriados
- Preparação mensal da medicação
- Fornecimento de produtos e dispositivos de incontinência
- Fornecimento de produtos para realização de cuidados de enfermagem na Instituição
- Fornecimento de suplementos alimentares e espessante

Página:	7 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	---------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO - LOUSÃ

- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 60
- **Capacidade da resposta social** – 60 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 60 (18 do sexo masculino e 42 do sexo feminino)
- **Número de idosos inscritos** – 0
- **Número de idosos admitidos** – 23 (7 do sexo masculino e 16 do sexo feminino)
- **Idades** – As idades dos utentes variaram entre os 47 e os 97 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 86 anos. As idades dos utentes variaram entre os 47 e os 97 anos, verificando-se uma maior incidência de utentes do sexo masculino na faixa etária dos 80 aos 84 anos, com um total de 8 idosos, e de utentes do sexo feminino na faixa etária dos 80 aos 84, com 15 utentes.
- **Grau de isolamento** – Dos 60 utentes atendidos, 47 viviam acompanhados e 13 sós.

Serviços Prestados

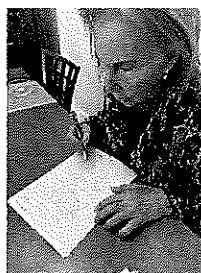
- Cuidados de higiene e conforto pessoal
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados
- Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica
- Tratamento da roupa do uso pessoal do utente
- Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade
- Apoio na saúde
- Apoio social e psicossocial
- Transporte
- Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio
- Psicologia
- **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.
- **Viaturas** – 6
- **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou 7 dias por semana das 8h às 18h.

Página:	8 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO



As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de SAD SEDE, no ano de 2024, após realização de avaliação de todos os utentes e levantamento de necessidades, prenderam-se com:

- **Realização de apoio psicológico individual**, para atenuar a sintomatologia depressiva, através da implementação de técnicas de distração positiva, aplicação de mecanismos de *coping* adequados para lidar com os sentimentos de tristeza e solidão, reforço da autoestima e consolidação de expectativas para o futuro;
- **Estimulação cognitiva/sensorial individual**, como terapêutica para a melhoria das capacidades mentais e dos sentidos ou como prevenção do declínio das mesmas. Para além disso, sendo uma técnica de distração positiva, permite acautelar o aparecimento de sintomatologia depressiva, aumentar a autoestima e incentivar ao comprometimento e responsabilidade perante as tarefas solicitadas;
- **Treinos de competências pessoais e sociais**, com o intuito de fomentar comportamentos inseridos em padrões de conduta corretos e adequados à comunidade em que se insere e contribuir para a aquisição e o reforço de competências facilitadoras da comunicação interpessoal e da resolução de problemas, facilitando, assim, a sua adaptação ao meio em que se insere;
- **Incentivo a uma maior interação social**, nomeadamente no seio da Instituição, bem como à participação em atividades grupais, tanto lúdico-recreativas como psicossociais, para combate ao isolamento social;
- **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.

Página:	9 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

CENTRO DE DIA S.MIGUEL - FOZ DE AROUCE



- Número de idosos com Acordo de Cooperação – 15
- Capacidade da resposta social – 15 utentes
- Número de idosos atendidos – 15 (14 do sexo feminino e 1 sexo masculino)
- Número de idosos inscritos – 0
- Número de idosos admitidos – 3
- Idades– As idades dos utentes de Centro de Dia oscilaram entre os 77 e os 90 anos.
- Média de idades – A média de idades foi de 83 anos. Verificou-se uma maior incidência na faixa etária dos 75-79 anos com 4 utentes e na faixa etária dos 80-84 anos com 4 utentes.
- Graus de isolamento – Dos 15 utentes atendidos em Centro de Dia, 5 viviam sozinhos e 10 acompanhados.

Serviços prestados

- Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, comunitárias, de motricidade e de estimulação cognitiva, nomeadamente:
 - Sessões de educação física
 - Sessões de educação musical
 - Sessões de grupo de desenvolvimento psicossocial
 - Passeios

Página:	10 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------

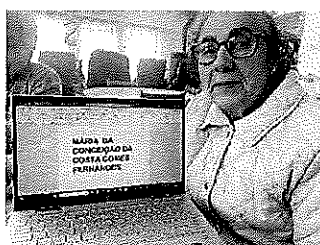


RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

- Alimentação - Almoço e lanche
- Cuidados de higiene pessoal e imagem
- Tratamento de roupa, de uso pessoal do utente
- O Centro de Dia pode, ainda, assegurar outros serviços, designadamente:
 - Transporte
 - Apoio nas atividades de vida diária e na aquisição de bens e serviços
 - Apoio na saúde
 - Acompanhamento social
 - Psicologia
 - Enfermagem

Funcionamento – Esta resposta social funciona de segunda a sexta-feira, entre as 8h30 e as 17h.

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA EM CENTRO DE DIA



- **Realização de apoio psicológico individual**, para atenuar a sintomatologia depressiva, através da implementação de técnicas de distração positiva, aplicação de mecanismos de *coping* adequados para lidar com os sentimentos de tristeza e solidão, reforço da autoestima e consolidação de expectativas para o futuro;

- **Estimulação cognitiva/sensorial individual**, como terapêutica para a melhoria das capacidades mentais e dos sentidos ou como prevenção do declínio das mesmas. Para além disso, sendo uma técnica de distração positiva, permite acautelar o aparecimento de sintomatologia depressiva, aumentar a autoestima e incentivar ao comprometimento e responsabilidade perante as tarefas solicitadas;

Página:	11 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

- **Treinos de competências pessoais e sociais**, com o intuito de fomentar comportamentos inseridos em padrões de conduta corretos e adequados à comunidade em que se insere e contribuir para a aquisição e o reforço de competências facilitadoras da comunicação interpessoal e da resolução de problemas, facilitando, assim, a sua adaptação ao meio em que se insere;
- **Incentivo a uma maior interação social**, nomeadamente no seio da Instituição, bem como à participação em atividades grupais, tanto lúdico-recreativas como psicossociais, para combate ao isolamento social;
- **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.

Página:	12 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO



As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de SAD, no ano de 2023, prenderam-se com:

- **Realização de apoio psicológico individual**, para atenuar a sintomatologia depressiva, através da implementação de técnicas de distração positiva, aplicação de mecanismos de *coping* adequados para lidar com os sentimentos de tristeza e solidão, reforço da autoestima e consolidação de expectativas para o futuro;
 - **Estimulação cognitiva/sensorial individual**, como terapêutica para a melhoria das capacidades mentais e dos sentidos ou como prevenção do declínio das mesmas. Para além disso, sendo uma técnica de distração positiva, permite acautelar o aparecimento de sintomatologia depressiva, aumentar a autoestima e incentivar ao comprometimento e responsabilidade perante as tarefas solicitadas;
 - **Treinos de competências pessoais e sociais**, com o intuito de fomentar comportamentos inseridos em padrões de conduta corretos e adequados à comunidade em que se insere e contribuir para a aquisição e o reforço de competências facilitadoras da comunicação interpessoal e da resolução de problemas, facilitando, assim, a sua adaptação ao meio em que se insere;
 - **Incentivo a uma maior interação social**, nomeadamente no seio da Instituição, bem como à participação em atividades grupais, tanto lúdico-recreativas como psicossociais, para combate ao isolamento social;
 - **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.
- **Viaturas** – 2
- **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou 6 dias por semana. Nos dias úteis, das 8h às 17h, sábados e feriados das 8h às 17h.

Página:	14 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO S.MIGUEL - FOZ DE AROUCE

- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 20
- **Capacidade da resposta social** – 20 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 20 (5 do sexo masculino e 15 do sexo feminino).
- **Número de idosos inscritos** – 0
- **Número de idosos admitidos** – 6 (2 do sexo masculino e 4 do sexo feminino).
- **Idades** – As idades dos utentes variaram entre os 59 e os 91 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 77 anos. A maior incidência de utentes registou-se na faixa etária dos 85 aos 89 anos, com 5 utentes.
- **Grau de isolamento** – Dos 20 utentes atendidos, 15 viviam acompanhados e 5 viviam sós.

Serviços Prestados

- Cuidados de higiene e conforto pessoal
 - Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados
 - Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica
 - Tratamento da roupa do uso pessoal do utente
 - Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade
 - Apoio na saúde
 - Apoio social e psicossocial
 - Transporte
 - Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio
 - Psicologia
- **Viaturas** – 2
 - **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou 6 dias por semana. Nos dias úteis, das 8h às 17h, sábados e feriados das 8H às 17h.

Página:	13 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS



Em 2024, proporcionamos diversas atividades, seguindo o plano elaborado para os utentes da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas e do Centro de Dia de Lousã e Foz de Arouce. No Centro de Dia de Lousã e Foz de Arouce, a animadora cultural conduziu atividades duas vezes por semana, enriquecendo a programação com momentos de expressão musical e corporal nos demais dias. Até novembro de 2024, a animadora cultural também geriu a presença e a comunicação da Instituição nas redes sociais (Facebook e site).

RESPOSTA SOCIAL	DIA DA SEMANA	HORA	LOCAL
CENTRO DE DIA DA LOUSÃ LEVEGADAS	5.ª Feira	9h 16h	Sala de atividades Exterior
CENTRO DE DIA DE S. MIGUEL FOZ DE AROUCE	3.ª Feira	14h 16h	Sala de atividades Exterior

Página:	15 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	-----------------------------	------	------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

ATIVIDADES BÁSICAS REALIZADAS (periodicidade semanal):

ATIVIDADE FISICA – Orientada pelo Prof. Diogo Mingachos

RESPOSTA SOCIAL	DIA DA SEMANA	HORA	LOCAL
ERPI	2ª Feira – 1.º Grupo 5ª Feira – 2.º Grupo	10h30M/11h30M 10h30M/11h30M	Sala de convívio ERPI/Exterior Sala de atividades Exterior
CENTRO DE DIA DA LOUSÃ LEVEGADAS	3. Feira 6. Feira	10h30m 11h30m	Sala de atividades Exterior
CENTRO DE DIA DE S. MIGUEL FOZ DE AROUCE	4. Feira	10h30m 11h30m	Sala de atividades Exterior

ACADEMIA DE MUSICA DE COIMBRA (POLO LOUSÃ) (até Junho 2024)

– Orientada pelos Prof. João Francisco nos Centros de Dia e a Professora Maria João na Estrutura Residencial para pessoas idosas

RESPOSTA SOCIAL	DIA DA SEMANA	HORA	LOCAL
ERPI	3ª Feira 1.º Grupo 2.º Grupo	10h/10h45m 10h45/11h15	Sala de atividades/sala de convívio
CENTRO DE DIA DA LOUSÃ LEVEGADAS	5. Feira	10h30m	Sala de atividades/convívio Exterior
CENTRO DE DIA DE S. MIGUEL FOZ DE AROUCE	6. Feira	10h30m	Sala de convívio

O programa de animação realizado engloba diversas áreas de intervenção, de forma a validar o bem-estar integral dos utentes.

Página:	16 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Na vertente **física e motora**, foram dinamizadas caminhadas internas e externas com o objetivo de melhorar a saúde, reduzir o sedentarismo e fortalecer o corpo.

A **animação cognitiva, mental e sensorial** compreendeu jogos e ateliers que estimularam a atividade mental, abrangendo a orientação temporal e espacial, a memória, a resolução de palavras cruzadas e puzzles, atividades de jardinagem e jogos de tabuleiro.

Através da **expressão plástica**, proporcionaram-se trabalhos manuais temáticos, permitindo aos utentes reviver atividades apreciadas.

A **animação pela comunicação** utilizou recursos audiovisuais em atividades internas, nomeadamente a música e a dança sénior.

O **desenvolvimento pessoal e social** foi promovido através de dinâmicas de grupo, oficinas de multimédia e videochamadas, de forma a ajudar no acesso à informação e atenuando a distância familiar.

A **animação lúdica, cultural e recreativa** ofereceu atividades de lazer que estimularam a imaginação e a expressão dos utentes.

A **animação comunitária** envolveu atividades de convívio interinstitucional, incluindo ações intergeracionais com o agrupamento de escolas, instituições e outras parcerias.

No quotidiano da instituição, realizam-se **atividades rotineiras**, calendarizadas semanalmente, como os projetos "cuida de mim", "ajuda no tempo", "cantinho da jardinagem", ateliers de expressão corporal e musical, entre outros.

Adicionalmente, as **atividades comemorativas** assinalaram datas e eventos planificados anualmente, incluindo dias festivos, épocas festivas e a celebração dos aniversários de utentes de E.R.P.I., como os 101º e 102º aniversários.

Realizámos os passeios aos seguintes locais : Praia fluvial de N.ª Senhora da Grça em Serpins, Praia Fluvial da Bogueira em Casal de Ermio, Figueira da Foz , Goís e por fim a Fátima.

As **atividades extra**, atividades que surgem fora do plano anual elaborado, tendo em conta propostas extras que visam dar resposta as necessidades do utentes.

Foram realizados passeios e intercâmbios institucionais, em parceria técnica, de forma presencial com as seguintes instituições:

Página:	17 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

ACTIVAR – Associação de Cooperação da Lousã

Espaço J

Agrupamento de Escolas da Lousã

Câmara Municipal da Lousã – Matiné Dançante, Marchas S. João, Dia dos Avós, Magusto, Ludobike e atividades intergeracionais.

Escola EB 1 da Lousã

Escola EB 2 da Lousã

Missão País – Voluntariado Universitário – Unidade Pastoral da Lousã

Irmandade Nossa Senhora da Piedade

Atividade religiosa com todas as instituições da Lousã na Igreja Matriz da Lousã

Ginástica sénior – "Lousã a Mexer Mais" da C.M. Lousã

GPL – Associação Cultural do Grupo de Concertinas da Lousã

Paróquia da Lousã – Eucaristia e Encontro mensal com Padre António Domingues

STATUS – Escola Profissional da Lousã

Centro Qualifica da Lousã – Parceria Projetos Locais e Qualificação

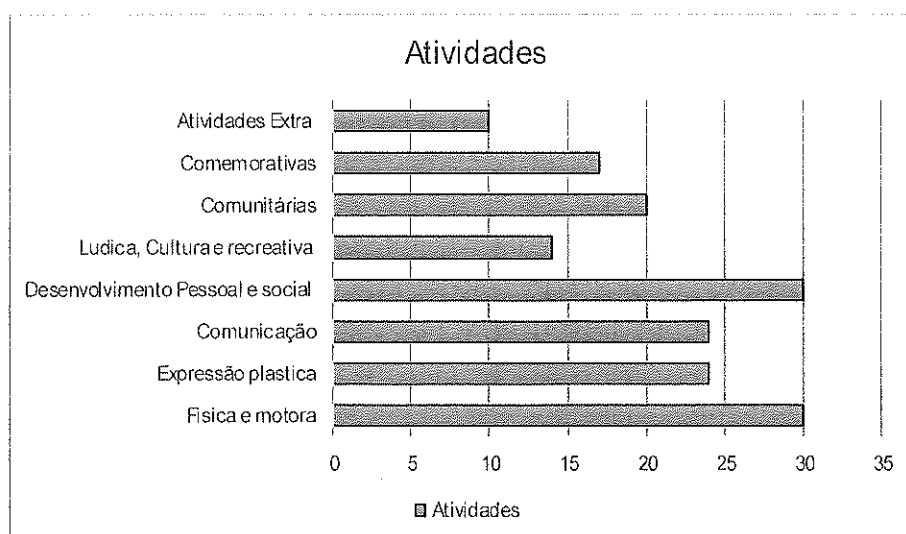
União de Freguesias da Lousã e Vilarinho – II Torneio jogo do Burro e XIX Jogos da Freguesia

União de Freguesias de Foz de Arouce e Casal de Ermio

Academia de Música de Coimbra – Polo Lousã

Estágio curricular Licenciatura em Gerontologia Social – Escola Superior de Educação de Coimbra – 5 de Fevereiro a 11 de Maio

Estágio de Observação 40 horas Licenciatura em Animação Socio Educativa – 1 de Novembro a Janeiro 2024



Quadro 1 - Referente a atividades realizadas anualmente

Página:	18 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



PSICOLOGIA



ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO, ESTIMULAÇÃO COGNITIVA/ SENSORIAL e SESSÕES DE GRUPO DESENVOLVIMENTO

As atividades realizadas pela psicóloga em contexto de ERPI e Centro de Dia foram as seguintes:

- **Realização de apoio psicológico individual**, para atenuar a sintomatologia depressiva, através da implementação de técnicas de distração positiva, aplicação de mecanismos de *coping* adequados para lidar com os sentimentos de tristeza e solidão, reforço da autoestima e consolidação de expectativas para o futuro, melhoria da sensação de bem-estar, alívio da sintomatologia ou até resolução de algum conflito interior de foro emocional, compreensão mais completa de si e das suas características;
- **Estimulação cognitiva/sensorial individual**, como terapêutica para a melhoria das capacidades mentais e dos sentidos ou como prevenção do declínio das mesmas. Para além disso, sendo uma técnica de distração positiva, permite acautelar o aparecimento de sintomatologia depressiva, aumentar a autoestima e incentivar ao comprometimento e responsabilidade perante as tarefas solicitadas;
- **Treinos de competências pessoais e sociais**, com o intuito de fomentar comportamentos inseridos em padrões de conduta corretos e adequados à comunidade em que se insere e contribuir para a aquisição e o reforço de competências facilitadoras da comunicação interpessoal e da resolução de problemas, facilitando, assim, a sua adaptação ao meio em que se insere;
- **Sessões de grupo de desenvolvimento psicossocial**, com objetivo de estabelecer relacionamentos interpessoais, treinar as capacidades cognitivas (atenção, concentração, memória), prevenção do declínio das mesmas, adaptação a novas situações e desempenhos e treino da tomada de decisão individual e em grupo;
- **Programa de Reabilitação Neuropsicológica Grupal Intergeracional** (realizado apenas em ERPI), o objetivo geral do programa de reabilitação neuropsicologia grupal é estimular neuro psicologicamente e, consequentemente, aumentar a autonomia e a qualidade de vida dos idosos. Relativamente aos objetivos

Página:	19 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

específicos, destacam-se a conservação, a recuperação e a melhoria das capacidades cognitivas, a promoção da interação social e a diminuição da solidão e dos sintomas psicopatológicos.

É um programa multidimensional, motivador e redutor de ansiedade, através da inclusão de domínios múltiplos e exercícios simples e interessantes que se dirigem às necessidades específicas da população idosa com declínio cognitivo, aplicado em grupo e com a participação de crianças do jardim de infância da SCML, sala dos 5 anos.

As principais patologias a nível da saúde mental dos utentes de ERPI em 2024 são:

- Transtornos Neurocognitivos Leves, Moderados e Graves (Demência)
- Depressão Ligeira, Moderada e Grave
- Declínios a nível cognitivo a nível da memória, atenção, cálculo, habilidade construtiva e linguagem

As principais patologias a nível da saúde mental dos utentes de Centro de dia em 2024 são:

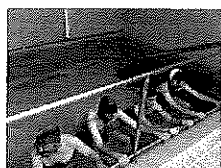
- Transtornos Neurocognitivos Leves, Moderados e Graves (Demência)
- Depressão Ligeira, Moderada e Grave
- Declínios a nível cognitivo a nível da memória, atenção, cálculo, habilidade construtiva e linguagem

Todos os utentes admitidos em ERPI são avaliados através de instrumentos de avaliação como: Minimental State Examination (MMS), Montreal Cognitive Assessment (MOCA), Escala de Depressão Geriátrica e Escala de Avaliação de Demência (CDR), com base nesses resultados em concordância com relatórios médicos e história de vida de cada utente elabora-se um diagnóstico e é traçado um plano individual de trabalho com vista ao tratamento e retardamento da diminuição das capacidades cognitivas, bem como, uma melhoria geral do estado mental do utente.

Página:	20 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



FISIOTERAPIA



REABILITAÇÃO FÍSICA E MOTORA CONSULTAS DE FISIOTERAPIA HIDROTERAPIA / HIDROGINÁSTICA

A fisioterapia, no seu exercício profissional, goza de plena liberdade e autonomia para praticar os atos próprios da profissão, como uma profissão de saúde, é responsável por avaliar, planejar e implementar programas de reabilitação (individual ou em grupo), com o propósito de melhorar ou restaurar a função motora e potenciar e/ou maximizar o movimento nas áreas de promoção, prevenção, tratamento/intervenção, habilitação e reabilitação, potencializando a qualidade de vida.

A fisioterapia envolve a interação entre a fisioterapeuta, utentes, outros profissionais de saúde, famílias e cuidadores num processo onde o potencial de movimento é examinado/avaliado e as metas são acordadas, utilizando conhecimentos e técnicas exclusivas e específicas

À semelhança dos anos anteriores, a fisioterapia realizou consultas de fisioterapia e prescreveu tratamentos para todos os utentes de ERPI, sendo que, todos se encontram clinicamente avaliados. Após avaliação são elaborados e agendados os planos de tratamentos individuais. Todas as situações de urgência são devidamente atendidas com critérios de priorização.

Dos 80 utentes em ERPI, todos realizam tratamentos de fisioterapia de forma rotativa, de acordo com os critérios da sua patologia ou a alteração da mesma, grau de dependência, situações de pós-internamento, urgência, entre outros. Tendo em conta que a maioria dos utentes têm comorbilidades, na maior parte das vezes não é tratada apenas uma patologia, mas sim várias em simultâneo, o que condiciona a duração do tratamento. Nestes casos, os tratamentos não têm limite de tempo ou periodicidade, é feita uma avaliação inicial e várias reavaliações durante os tratamentos de forma a cumprir os critérios anteriormente referidos.

Atendendo ao elevado risco de queda e às comorbilidades dos utentes, a fisioterapia é ainda responsável pela gestão de todo o material de ajudas técnicas. É realizado um levantamento das necessidades e ações de formação junto das colaboradoras, para que estas possam utilizar de forma correta o material e façam uma boa gestão do mesmo, reduzindo as quebras de material e um manuseamento desadequado. É também realizando o ensino clínico junto dos utentes que têm necessidade de material adaptado e acompanhada a sua utilização.

Página:	21 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

A fisioterapia está em constante articulação com as ajudantes de lar, ajudando a criar estratégias para promover as transferências, minimizar os riscos de queda, promover a autonomia e as AVD's, nomeadamente em tarefas como o acompanhamento ao WC, cuidados de higiene, alimentação e sempre que solicitado.

Abrange também as respostas sociais de Centro de Dia e SAD, contudo, atendo ao elevado volume de trabalho na ERPI, a resposta não tem sido possível.

A hidroterapia/hidroginástica, atualmente encontra-se suspensa, devido a inexistência de um espaço adequado às especificidades necessárias à prática desta atividade, mas é intenção retomar a mesma, assim que existir essa possibilidade.

Nos últimos anos têm se verificado um aumento significativo do grau de dependência dos utentes, que apresentam múltiplas comorbilidades e elevadas dependências motoras e este ano também não é exceção, o que levou a um trabalho mais intenso e complexo por parte da fisioterapia, na tentativa de otimizar a condição clínica e promover uma maior qualidade de vida aos nossos utentes.

▪ Patologias predominantes em ERPI

A fisioterapia abrange um vasto leque de patologias, de complexidade variada e em constante alteração, é de realçar que um elevado número de utentes apresenta patologia múltipla. Destacam-se algumas patologias:

- Doenças reumáticas;
- Doenças neurológicas;
- Doenças respiratórias;
- Doenças cardiovasculares;
- Síndrome de fragilidade;
- Osteoporose;
- Fraturas;
- Sarcopenia;
- Síndrome de imobilização...

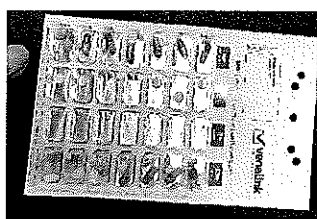
Página:	22 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ENFERMAGEM



De acordo com o regulamento do exercício profissional do enfermeiro, a profissão de enfermagem, na área da saúde, tem como objetivo prestar cuidados de enfermagem ao ser humano, são ou doente, ao longo do ciclo vital, e aos grupos sociais em que ele está integrado, contribuindo para a manutenção, melhoria e recuperação da saúde, visando a sua máxima capacidade funcional tão rapidamente quanto possível.

Os Enfermeiros utilizam metodologia científica (processo de enfermagem) que inclui a avaliação inicial dos doentes, a identificação dos problemas de saúde em geral e de enfermagem em particular, com a inerente recolha e apreciação de dados sobre cada situação que a pessoa apresenta, a formulação do(s) diagnóstico(s) de enfermagem, o planeamento de cuidados, a execução dos cuidados planeados (intervenções).

A Enfermeira Coordenadora é responsável pelo planeamento e incrementação de ações e métodos de trabalho que visam a qualidade dos cuidados prestados, pela gestão de recursos materiais inerentes ao exercício da profissão de enfermagem e pela implementação da avaliação regular do nível de dependência, do risco de queda e do risco de úlcera por pressão de todos os residentes, utilizando instrumentos devidamente validados para a população portuguesa (escalas). Esta avaliação permite gerir os cuidados de enfermagem e a vigilância, de forma a melhorar a qualidade e a segurança dos mesmos.

A enfermagem na ERPI tem permitido o acompanhamento clínico dos utentes de forma individualizada (plano de cuidados) e de acordo com as suas necessidades efetivas, cooperando na interação entre enfermeiro e utente, indivíduo, família, grupos e comunidade. A prestação de cuidados de enfermagem é realizada, diariamente, 7 dias por semana (de segunda-feira a domingo), entre as 8 horas e as 20 horas.

Nas respostas sociais de Centro de Dia e SAD, a enfermagem disponibiliza, mensalmente, a administração de injetáveis e, semanalmente, a preparação de caixas de medicação mediante prescrição médica comprovada pela apresentação de guia terapêutico devidamente datado e assinado pelo médico assistente. Apesar de já não existir enfermeira de referência nestas respostas sociais, a equipa de

Página:	23 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

enfermagem da ERPI reúne esforços para que o serviço de preparação/administração de medicação ocorra sem intercorrências. De realçar que, pontualmente, existe o acompanhamento telefónico, de situações clínicas agudas.

A equipa de enfermagem assumiu, nos últimos anos, o compromisso de formação/orientação de estudantes de enfermagem da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra com supervisão da Enfermeira Coordenadora/Professor Orientador, decorrendo de forma exemplar e garantindo a sua continuidade em anos letivos futuros. Situação possível dado o atual rácio de enfermeiros/utente.

Na ERPI, a equipa de enfermagem está envolvida na formação em contexto de trabalho, dos diversos setores, assumindo um papel preponderante no plano de formação anual.

O enfermeiro integra a equipa de saúde, nas Estruturas Residenciais para pessoas Idosas, colaborando nas decisões sobre a promoção da saúde, prevenção da doença, o tratamento e recuperação, promovendo a qualidade dos serviços. Insere-se num contexto de trabalho multiprofissional, trabalhando em articulação com os restantes profissionais de saúde (intervenções autónomas e interdependentes).

A Enfermeira Coordenadora, assumiu o compromisso de melhorar a prática clínica da equipa de enfermagem baseando-se na evidência e conhecimento científico. Por este motivo, é apresentado anualmente uma análise do Índice de Barthel que é um instrumento de recolha de dados para documentação dos cuidados especializados em enfermagem, utilizado na avaliação da independência da população idosa da ERPI, para a realização das dez atividades básicas de vida: comer, higiene pessoal, uso dos sanitários, tomar banho, vestir e despir, controlo de esfíncteres (evacuar e urinar), deslocações e mobilidade, subir e descer escadas.

Esta ferramenta ajuda a caracterizar a condição de saúde da pessoa idosa com maior clareza, permitindo uma resposta adaptada às transições decorrentes da dependência para a autonomia e do processo de desenvolvimento ao longo da última etapa do ciclo de vida.

A análise do Índice de Barthel, aplicado a 80 utentes da ERPI, entre os meses de janeiro e setembro de 2024, revela que os idosos necessitam, na sua totalidade, de intervenção dos profissionais da Instituição. Não há residentes que vivam de forma totalmente independente apesar da sua institucionalização, carecendo sempre de orientação e supervisão nas atividades básicas de vida diárias. Confirma-se que 95% dos idosos institucionalizados necessitam, diariamente, de ajuda total ou parcial na satisfação dos seus autocuidados e 5% necessitam de orientação e supervisão nas atividades básicas de vida diária.

No período noturno, devido ao agravamento clínico dos utentes, verifica-se uma constante necessidade de prestar cuidados de saúde e, uma vez que não existe enfermeira neste horário, os idosos são encaminhados para o Serviço de Urgência com frequência, após contacto telefónico, a qualquer hora, com a Enfermeira Coordenadora.

Página:	24 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

CANTINAS SOCIAIS

CONCEITO

A Cantina Social insere-se na Rede Solidária das Cantinas Sociais e constitui-se como uma resposta de intervenção no âmbito do Programa de Emergência Alimentar, que tem como fim suprir as necessidades alimentares dos indivíduos e famílias em situação de vulnerabilidade socioeconómica, através da disponibilização de refeições.

Para concretizar os objetivos suprarreferidos é assegurada a alimentação, através do fornecimento das refeições do almoço e do jantar, as quais são transportadas devidamente embaladas pelo beneficiário e preferencialmente consumidas no domicílio. Excecionalmente, podem ser tomadas no local de funcionamento da Cantina.

A Cantina Social pressupõe uma estrutura já existente e em funcionamento para outras respostas sociais, de forma a maximizar os recursos.

As situações são referenciadas pela Segurança Social ou por outras entidades da Rede Social da Lousã.

De modo a facilitar o acesso às refeições, a Santa Casa da Misericórdia da Lousã, enquanto entidade responsável pela gestão da Cantina Social, estabeleceu parceria com uma outra Instituição Particular de Solidariedade Social, existente no concelho, nomeadamente a Associação Recreativa, Cultural e Social das Gândaras.

NORMAS DE FUNCIONAMENTO

Na altura do levantamento das refeições, o beneficiário fez-se acompanhar de recipientes adequados para que a refeição fosse devidamente embalada e acondicionada.

Cada refeição foi constituída por uma sopa, prato de peixe ou carne, um pão e uma peça de fruta ou sobremesa.

O beneficiário procedeu ao levantamento da refeição na instituição que mais se aproximou geograficamente do seu local de residência, ou que ficou definida pelo técnico gestor de caso como a que melhor se ajustou à situação em causa, de acordo com o anteriormente referido.

Antes do levantamento da refeição, fez parte dos procedimentos, o beneficiário dirigir-se ao gabinete da ação social e registar a receção da refeição.

Página:	25 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

HORÁRIO

O horário de funcionamento dos polos de confeção/distribuição foi definido por cada entidade parceira.

Na Santa Casa da Misericórdia da Lousã, o horário estabelecido foi das 12h às 12h30, para almoços e jantares todos os dias da semana.

REFEIÇÕES FORNECIDAS EM 2024

MESES	Nº REFEIÇÕES			
	Lousã	Gândaras	Pinhal	TOTAL Lousã + Gândaras + Pinhal
Janeiro	109	26	78	213
Fevereiro	100	24	69	193
Março	108	50	81	239
Abril	140	46	69	255
Maio	147	46	81	274
Junho	142	24	75	241
Julho	175	27	78	280
Agosto	147	26	78	245
Setembro	142	25	78	245
Outubro	145	27	75	242
Novembro	142	25	75	242
Dezembro	145	25	69	239
TOTAL	1642	345	906	2908

Página:	26 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

PROGRAMA OPERACIONAL DE APOIO ÀS PESSOAS MAIS CARENCIADAS

CONCEITO

O Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas (POAPMC) insere-se no âmbito do Fundo de Auxílio Europeu às Pessoas Mais Carenciadas (FEAC) e constitui-se como um instrumento de combate à pobreza e à exclusão social em Portugal, numa lógica de intervenção mediante distribuição de géneros alimentares e outros bens de consumo básico, assim como no desenvolvimento de medidas de acompanhamento que capacitem as pessoas mais carenciadas a vários níveis, promovendo assim a sua inclusão.

As situações são referenciadas pela Segurança Social ou por outras entidades da Rede Social da Lousã, sendo atendidas, no máximo, 160 pessoas.

Para concretizar os objetivos suprarreferidos, o Programa assegura a realização de ações de distribuição de géneros alimentares, mensalmente, suprimindo as necessidades definidas pela Direção Geral de Saúde em 50%, e garante também a realização de sessões de esclarecimento, sensibilização e informação que permitam capacitar as pessoas na seleção dos géneros alimentares, prevenção do desperdício, otimização da gestão de orçamentos, entre outros assuntos pertinentes.

O Programa visa, com a sua atividade, diminuir as situações de vulnerabilidade que colocam em risco a integração das pessoas e dos agregados familiares mais frágeis, reforçando as respostas políticas públicas já existentes.

NORMAS DE FUNCIONAMENTO

Os beneficiários foram contactados com a maior brevidade possível para o levantamento dos alimentos. Na altura do mesmo, fizeram-se acompanhar de embalagens próprias para o acondicionamento e transporte adequado dos alimentos para os seus domicílios.

Cada cabaz foi constituído por: leite de vaca meio gordo, queijo curado meio gordo, arroz médio carolino, massa simples do tipo esparguete, cereais de milho, feijão encarnado cozido enlatado, grão-de-bico cozido enlatado, tomate pelado enlatado, atum à posta em óleo vegetal enlatado, sardinha em óleo vegetal enlatado, frango congelado em pedaços sem miúdos, pescada congelada para cozer porcionada, mistura de vegetais ultracongelada, brócolos ultracongelados, espinafres ultracongelados, azeite, creme vegetal e marmelada.

Página:	27 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

HORÁRIO

Não existiu um horário pré-definido. As ações de distribuição de géneros alimentares foram realizadas bimensalmente, conforme entrega dos produtos secos, frios e congelados, transportados da entidade coordenadora (Santa Casa da Misericórdia da Pampilhosa da Serra) para as respetivas entidades mediadoras, nomeadamente a Santa Casa da Misericórdia da Lousã.

ALIMENTOS FORNECIDOS EM 2024

Os alimentos foram distribuídos por uma média de 146 pessoas por mês, conforme as quantidades indicadas pela Direção Geral de Saúde para cada beneficiário (criança, adolescente, adultos e idoso), não tendo sido possível satisfazer as necessidades de todos.

Alimentos	Meses											
	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
LEITE	876	876	876	876	876	876	876	876	876	876	876	876
QUEIJO	0	0	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
ARROZ	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
MASSAS	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372
TOSTAS	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372
BOLACHA MARIA	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
FEIJÃO ENCARNADO COZIDO ENLATADO	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
GRÃO-DE-BICO COZIDO ENLATADO	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
ERVILHAS COZIDAS ENLATADAS	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
FRANGO CONGELADO	73	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
PESCADA CONGELADA n.º3	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
ATUM	730	730	730	730	730	730	730	730	730	730	730	730
SARDINHA EM ÓLEO VEGETAL	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365
CAVALA	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365
TOMATE PELADO ENLATADO	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
MISTURA DE VEGETAIS	372	669	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372
BRÓCOLOS	0	160	160	0	160	0	160	160	0	160	0	160
FEIJÃO VERDE ULTRA CONGELADO	146	146	0	146	146	146	0	146	0	146	0	146
ESPINAFRES	0	160	160	0	160	0	160	0	160	0	160	0
CENOURA ULTRA CONGELADA	146	146	0	146	0	146	146	0	146	0	146	146
ALHO FRANCÊS ULTRA CONGELADO	146	146	146	146	146	146	146	146	0	146	146	0
AZEITE	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
CREME VEGETAL PARA BARRAR	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55
MARMELADA	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40

Página:	28 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



CRECHE



Calendário Anual de Funcionamento

Abertura: 7h 45m

Encerramento: 18h45m

De segunda a sexta-feira

Férias

Páscoa: 25 a 28 de março

Agosto: 1 a 21 de agosto

Natal: 26 a 29 de dezembro

Frequência

Ao longo do ano a frequência foi de 76 crianças, assim distribuídas etariamente:

Berçário – 10 crianças (nascidas em 2023)

Médios A – 15 crianças (nascidas em 2022)

Médios B – 15 crianças (nascidas em 2022)

Grandes A – 18 crianças (nascidas em 2022)

Grandes B – 18 crianças (nascidas em 2022)

Lista de Espera

No final do ano letivo tínhamos uma lista de espera de 136 crianças, assim distribuídas etariamente:

Crianças nascidas em 2024 -26

Crianças nascidas em 2023 -39

Crianças nascidas em 2022 - 16

Rotina Diária

7h 45m - 2 Ajudantes de Ação Educativa (uma da sala de Médios e outra da sala de Grandes)

8h 30m - 1 Ajudante de Ação Educativa do Berçário e uma Ajudante de Ação Educativa Pivot

2 Educadoras (uma da sala de Médios e outra da sala de Grandes).

Página:	29 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

A Aj. de Ação Educativa do Berçário e a pivot levavam as crianças para o Berçário.

A Aj de Ação Educativa de Médios ficava, juntamente com a educadora de Médios, com os 2 grupos de Médios na sala de Médios A.

A educadora de Grandes, juntamente com a Ajudante de Ação Educativa de Grandes, levava os 2 grupos de Grandes para a sala de grandes A.

9h 15m - Suplemento da manhã

Os Bebés e as crianças dos grupos de Médios tomavam o suplemento nas salas. As crianças das salas de Grandes vinham tomar o suplemento ao refeitório, com a ajudante de ação de educativa que entrava às 9h 15.

Separação dos grupos, depois do suplemento

9.45h/10h - 1 Aj. de Ação Educativa Pivot

10h - 2 Educadoras (uma de Médios e outra de Grandes)

10.15/30h - 3 Aj. de Ação Educativa (Berçário, Médios e Grandes).

11h 30m - Higiene e almoço.

12h 15m - Higiene

12h45m - Descanso.

15h - As crianças acordavam e seguia-se o momento de higiene.

15h 30m - Lanche

16h - Atividades livres

16.45 - Berçário - 1Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

- 1Aj. Ação Educativa pivot – até às 18.15m

- **Médios** - Juntavam-se os dois grupos de médios

- 1 Educadora – até às 18h

- 1Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

- **Grandes** - 1 Educadora – até às 18h

- 1 Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

18h - Juntavam-se os grupos de Médios e Grandes na sala de Médios A

- 1Aj. Ação Educativa de Médios - até às 18.45m

- 1Aj. Ação Educativa de Grandes - até às 18.45m

18h 45m – Encerramento

PROJETOS

O Projeto Educativo desenvolvido durante o ano letivo 2020/2024 “Sustentável Hoje, Equilíbrio Amanhã”.

As salas do Berçário, Médios A e B, Grandes A e B desenvolveram os seus projetos pedagógicos de sala.

Página:	30 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Mini – Projetos

Inverno:

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano

Primavera:

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano

Dia do Pai:

- Elaboração de prendas para comemoração desta data

Dia da Mãe:

- Elaboração de prendas para comemoração desta data

Dia da Criança:

- Decoração de t-shirts para comemoração desta data

Santos Populares:

- Comemoração do “S. João”

Verão:

- Realização de trabalhos alusivos à estação do ano

Festa final de ano:

- Participação na festa em conjunto com Jardim de Infância e Lar de Idosos

Outono:

- S. Martinho
- Feira da Castanha e do Mel.

Natal:

- Decoração dos espaços
- Festa de Natal

Dinâmica: Relação/trabalho com as famílias

Informação relativa ao pessoal e forma de funcionamento enviada por email.

Informações diversas enviadas por email

Entrevistas sempre que se entendeu necessário

Utilizamos também a plataforma ChidiDiary para prestar informações e partilhar fotos de atividades.

Página:	31 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

REUNIÕES

Creche

Assuntos:

Apresentação do Sr. Provedor

Apresentação de funcionárias

Esclarecimento de dúvidas dos Encarregados de Educação

Eleição da Comissão de Pais.

Nota: Nesta reunião esteve-se, durante muito tempo, a discutir a questão de mudança de educadora num dos grupos de Grandes, o que levou a que alguns pais saíssem antes de se terminarem de discutir todos os assuntos agendados.

Voltamos a realizar outra reunião para que todos os assuntos ficassem discutidos.

Creche

Assuntos – Entrega dos primeiros Planos Individuais de Desenvolvimento

Creche

Assuntos: Entrega dos relatórios de avaliação dos primeiros Planos de Individuais de Desenvolvimento e tomada de conhecimento dos segundos Planos Individuais de Desenvolvimento

Creche

Assuntos – Entrega dos Relatórios de Avaliação dos segundos Planos Individuais de Desenvolvimento

Creche e Jardim de Infância

Assuntos – Avaliação do funcionamento da Creche

Para além destas reuniões realizaram-se ainda outras, de carácter individual, com encarregados de educação de crianças que usufruem de apoio da ELI (Equipa Local de Intervenção Precoce) e também com encarregados de educação de crianças que foram sinalizadas.

Creche e Jardim de Infância

Assuntos: Organização do próximo ano letivo

Reuniões de Pedagógicas

Realizaram-se cinco reuniões pedagógicas para se articular e resolverem questões relativas à Creche e Jardim de Infância

Página:	32 de 38	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



JARDIM-DE-INFÂNCIA - SÃO JOSÉ



Calendário Anual de Funcionamento

Abertura: 7h 45m

Encerramento: 18h 45m

De segunda a sexta-feira

Férias

Início do ano letivo: 1 de setembro de 2023

Férias de Natal: 26 a 29 de dezembro de 2023

Férias da Páscoa: 25 a 28 de março de 2024

Férias: 1 a 21 de agosto de 2024

Frequência

Ao longo deste ano letivo ocorreram algumas saídas de crianças e entradas. No entanto, conseguimos manter uma frequência de 53 crianças, assim distribuídas:

Sala 1 – 21 crianças de 3 anos

Sala 2 – 15 crianças de 4 anos e 1 criança de 3 anos

Sala 3 – 14 crianças de 5 anos e 2 crianças de 3 anos

Lista de Espera

Não temos crianças em lista de espera

PROJETOS

O Projeto Educativo ainda se mantém o mesmo: "Sustentabilidade Hoje, Equilíbrio Amanhã".

As salas dos 1, 2 e 3 desenvolveram os seus projetos curriculares, de acordo com as necessidades do seu grupo.

Página:	33 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Atividades comuns aos grupos:

- Visita ao Castelo mágico", em Montemor.
- Comemoramos o Dia Semana da Floresta, assistindo a uma peça de teatro na Casa da Lagartixa.
- Contagem e dramatização de histórias – Professor Alcindo
- Presença do escritor António Vilhena
- A Unidade de Cuidados Na Comunidade Arouce, representada pelo enfermeiro Cristiano Gonçalves, veio desenvolver uma atividade acerca da pediculose.
- Participamos nos Minijogos da Freguesia, no campo da Escola Básica nº 2.
- Reiniciamos as nossas atividades intergeracionais, com os idosos do Lar da nossa instituição.
- Participamos nas marchas "As flores do nosso Jardim"
- Realizamos a Festa Final de Ano Letivo_(Creche e Jardim de Infância) .

Atividades Extracurriculares

A atividade de Educação Física, música e inglês decorreram durante o ano letivo, para os três grupos, uma vez por semana.

Rotina Diária

A rotina diária dos Grupos

07h45 às 9h – Abertura e acolhimento no salão (componente de apoio à família);
9h – Início das atividades,
9h15 – Suplemento alimentar (pão e leite) e higiene;
9h30 – Atividades na sala;
11h45 – Almoço;
12h 20 – Higiene;
12h45 – Dormitório;
13h às 15h – Tempo de repouso - para as crianças das salas 1 e 2 anos.
As crianças da sala 3 anos continuaram em atividade letiva.
15h – Levantar e higiene;
15h30 – Atividades nas salas de atividades/exterior.
16h – Lanche;
16h30 às 17h – Conclusão de atividades inacabadas/Jogos de grupo/Brincadeiras livres;
17h às 18h45 – Brincadeiras livres e encerramento (componente de apoio à família).
18h 45m – Encerramento

Página:	34 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Dinâmica: Relação/Trabalho com as famílias

A dinâmica com a família foi realizada essencialmente através da plataforma ChildDiary, e através de reuniões de pais.

REUNIÕES

Jardim de Infância (todas as colaboradoras)

Distribuição de horários

Recomendações

Reuniões de Pais

Realizaram-se reuniões de pais gerais para esclarecer rotinas e formas de funcionamento no novo espaço.

Realizaram-se reuniões de grupo para entrega de avaliações.

NOTAS FINAIS

Este ano letivo, 2023/2024, foi, por vezes difícil, devido ao facto de algumas colaboradoras terem estado, por longos períodos de baixa médica e nem sempre terem sido substituídos e também pelo fato dos pais não poderem entregar as crianças nas salas obrigando a que um elemento estivesse sempre fora da sala a receber/entregar crianças.

Em relação à parte educativa, as atividades decorreram com normalidade e de forma muito prazerosa para as nossas crianças o que era demonstrado diariamente na sua reação à chegada ao Jardim de Infância.

Página:	35 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

OUTRAS ACÇÕES

ACÇÕES DE FORMAÇÃO

Data	Objetivos	Entidade Formadora	Nº Formandos	Total Horas
16/01/2024	Gestão de Incontinência	Hartmann	21	63
09/02/2024	Gestão da incontinência	Hartmann	7	42
13/02/2024	Funcionamento, Segurança do equipamento Cozinha	R.H.	10	20
22/02/2024	Cálculo de compartições dos Utentes das Organizações Sociais	Fundação António Silva Leal	3	9
28/02/2024	Cuidados paliativos em contexto de ERPI	SCML	16	16
28/02/2024	Cuidados Paliativos em contexto de ERPI	SCML	16	20
06/03/2024	Higiene Profissional	Higimarto	9	23
21/03/2024	Estratégias de gestão de stress na prestação de cuidados	SCML	14	14
10/04/2024	Introdução à Geriatria	NEGERMI	2	25
18/04/2024	Planos Individuais de Cuidados e Principais Alterações a implementar em ERPI	Replicar	1	4
19/04/2024	Quedas – Prevenção e atuação	SCML	14	14
30/04/2024	Higiene e Segurança Alimentar	Steritech	13	13
15/05/2024	Higiene Profissional	Higimarto	6	18
16/05/2024	Antecipar a expressão de Ser Idosos	SCML	6	9
13/06/2024	Apresentação de monografias - Enfermagem	SCML	18	18
14/06/2024	Risco de desnutrição na doença de Alzheimer e outras demências	Fundação António Leal	3	9
24/06/2024	Estimulação cognitiva à pessoa com demência na prática	Semente	1	10
21/08/2024	Atividades de animação lúdicas	SCML	19	19
02/09/2024	Manobrador de Máquinas Agrícolas	Konkrets	2	32
21/09/2024	Observação e escuta na documentação pedagógica	Atelier Passos de Gigante	1	3
26/09/2024	Perturbações Mentais	SCML	20	20
02/10/2024	Ergonomia no local de trabalho	SCML	16	16
09/10/2024	Organização de espaços exteriores - Infância	APEI	2	12
14/10/2024	Masterclass – “La Creche de Papel”	Célia Grades	7	84
15/10/2024	Obstrução na via aérea na geriatria Procedimentos a adotar	SCML	18	18
04/11/2024	Masterclass – Sinais de alerta & Intervir Precoce...mente	Célia Grades	4	48
06/11/2024	Cuidados de Higiene ao Idoso	SCML	23	23
08/11/2024	Snoezelen na Demência	Replicar	2	16
13/11/2024	Depressão no Idoso	SCML	14	14
29/11/2024	Convenção Hartmann – Inovação e Eficiência nas Instituições Sociais	Hartmann	2	16
09/12/2024	A pedagogia como fundamento do cuidado e da Educação em Creche	APEI	3	75

1. PEMID (Parque de equipamento móvel para idosos e deficientes)

Continuamos a apoiar idosos e familiares com camas articuladas.

Página:	36 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

OBRAS

- Conclusão das obras da Creche 2.
- Conclusão das obras de transformação dos pisos 2 e 3 do prédio da Av. S. Silvestre na modalidade de ERPI/ Apartamentos.
- Início das obras de remodelação do 1.º piso da ERPI, ao abrigo da candidatura ao PARES – 3.0.
- Manutenção e conservação dos imóveis e equipamentos da Instituição.

Aprovado em reunião da Mesa Administrativa de 5 de maio de 2025.

A Mesa Administrativa,

Página:	37 de 37	Rel. Anual de Atividades	2024	Data de Elaboração:	05.05.2025
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------

