

The background of the title page features a large, light blue watermark of the coat of arms of Lousã. It includes a crown at the top, a shield with various heraldic symbols, and decorative floral and leaf motifs surrounding the shield.

RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES 2025



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

Índice

Introdução	pág.3
Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas (ERPI)	pág.5
ERPI Apartamentos 1	pág.7
ERPI Apartamentos 2	pág.9
Centro de Dia – Sede	pág.11
Serviço de Apoio Domiciliário – Sede	pág.13
Centro de Dia – S. Miguel	pág.15
Serviço de Apoio Domiciliário – S. Miguel	pág.18
Atividades Socioculturais	pág.20
Psicologia	pág.25
Fisioterapia	pág.27
Enfermagem	pág.29
Cantinas Sociais	pág.32
Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas	pág.34
Creche I	pág.36
Creche II	pág.38
Outras Ações	pág.40
Obras	pág.41



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

INTRODUÇÃO

O ano de 2025 voltou a ser marcado por um contexto de incerteza social e económica que continua a colocar desafios significativos ao setor social. As instituições que desenvolvem respostas sociais essenciais para as comunidades enfrentam um cenário exigente, caracterizado por crescentes dificuldades financeiras, aumento dos custos de funcionamento e pela necessidade permanente de adaptação às novas realidades sociais.

Neste enquadramento, a nossa Instituição procurou manter uma atuação responsável, resiliente e orientada para a concretização da sua missão. Ao longo do ano, continuámos a desenvolver esforços no sentido de reforçar a organização interna, otimizar recursos e melhorar continuamente a qualidade das respostas sociais prestadas. A racionalização de meios, aliada ao compromisso com o bem-estar, conforto e dignidade dos utentes, manteve-se como uma prioridade permanente da nossa ação.

A história desta Instituição demonstra que a sua maior força reside na capacidade de compreender as necessidades da comunidade e de responder, com proximidade e responsabilidade, aos desafios que vão surgindo. Contudo, importa sublinhar que a sustentabilidade do setor social depende também de um compromisso mais efetivo por parte das políticas públicas. Torna-se cada vez mais evidente a necessidade de garantir um financiamento que cubra, pelo menos, 50% do custo real por utente em todas as respostas sociais, condição essencial para assegurar a continuidade e a qualidade dos serviços prestados. Sem esse reforço, muitas instituições poderão enfrentar dificuldades sérias na manutenção da sua atividade, incluindo a nossa.

O ano de 2025 exigiu, por isso, uma gestão prudente e equilibrada, baseada em critérios de responsabilidade, rigor e contenção, procurando simultaneamente não comprometer a capacidade da Instituição para responder aos desafios presentes e futuros. A aprendizagem contínua e a capacidade de adaptação continuam a ser elementos fundamentais para o desenvolvimento do nosso trabalho diário.

Relativamente às prioridades definidas para o ano, estas assentaram essencialmente em objetivos de sustentabilidade financeira, melhoria contínua das respostas sociais, inovação e modernização dos equipamentos, bem como na valorização e rentabilização do património da Instituição. Apesar do empenho colocado na concretização destas metas, nem todos os objetivos puderam ser plenamente alcançados, sobretudo em virtude das limitações financeiras que continuam a afetar o setor.

Página:	3 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink, including 'Mans', 'PES', 'Mendes', and 'Jorge'.

Não podemos deixar de reconhecer e valorizar o contributo determinante dos nossos colaboradores e colaboradoras. O seu profissionalismo, dedicação, espírito de missão e sentido de responsabilidade têm sido fundamentais para garantir a qualidade dos serviços prestados e para assegurar o funcionamento diário da Instituição.

No que respeita ao processo relacionado com o património no Brasil, o mesmo continua a desenvolver-se, ainda que de forma gradual. Mantemos a expectativa de que, no futuro, este processo possa vir a representar uma oportunidade relevante para a valorização patrimonial da Instituição. Regista-se, nesse âmbito, o interesse já manifestado por um potencial investidor, que demonstrou disponibilidade para apresentar uma proposta.

Conscientes dos desafios que persistem, reafirmamos o compromisso de continuar a trabalhar com responsabilidade, transparência e determinação, procurando garantir a sustentabilidade da Instituição e o cumprimento da sua missão ao serviço da comunidade.

Página:	4 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink, including 'Hans', 'Jorge', and 'Mariano'.

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 – 157
- Número de utentes admitidos em 2025 – 22 (10 do sexo masculino e 12 do sexo feminino). Dos 22 utentes admitidos, 9 residiam sozinhos e 13 acompanhados.
- Idades – As idades dos utentes de ERPI oscilam entre os 55 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 20 utentes; destaca-se também o grupo dos 90 aos 94 anos, com 19 utentes e o grupo etário dos 80 aos 84 anos, com 14 utentes.

Página:	5 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

▪ **Tempo de permanência na resposta social** – A maioria dos utentes (19) 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:	6 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.



ERPI APARTAMENTOS 1



- **Capacidade da resposta social** – 7 utentes
- **Número de utentes em Vagas extra Acordo de Cooperação** – 7
- **Número de lugares por tipologia de quarto:**
 - Individual – 3
 - Duplo – 4
- **Número de utentes atendidos** – 7 utentes do sexo feminino)
- **Número de utentes admitidos em 2025** – 7 do sexo feminino. Dos 7 utentes admitidos, 3 residiam sozinhos e 4 acompanhados.
- **Idades** – As idades dos utentes de ERPI Apartamentos oscilam entre os 70 e os 98 anos.
- **Média de idades** – A média de idades dos utentes é de 86 anos.
- **Tempo de permanência na resposta social** – A maioria dos utentes frequenta esta resposta social desde a sua abertura em agosto de 2025.
- **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

Página:	7 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signature

Handwritten signature
Handwritten signature

- 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
- Apoio psicossocial
- Psicologia
- 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:	8 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

ERPI APARTAMENTOS 2

- **Capacidade da resposta social** – 7 utentes
- **Número de utentes em Vagas extra Acordo de Cooperação** – 7
- **Número de lugares por tipologia de quarto:**
 - Individual – 3
 - Duplo – 4
- **Número de utentes atendidos** – 7 utentes do sexo feminino)
- **Número de utentes admitidos em 2025** – 7 do sexo feminino. Dos 7 utentes admitidos, 3 residiam sozinhos e 4 acompanhados.
- **Idades** – As idades dos utentes de ERPI Apartamentos oscilam entre os 66 e os 90 na os.
- **Média de idades** – A média de idades dos utentes é de 82 anos
- **Tempo de permanência na resposta social** – A maioria dos utentes frequenta esta resposta social desde a sua abertura em agosto de 2025.
- **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

Página:	9 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink, including 'Hans', 'SEI', 'Júlio', and 'Marta'.

- Cuidados de saúde – Médicos e de Enfermagem
- Fisioterapia / Ajudas Técnicas
- Acompanhamento a consultas médicas ou exames complementares de diagnóstico
- Apoio psicossocial
- Psicologia
- 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:	10 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials:
Fernando
Jorge



CENTRO DE DIA SEDE

- **Capacidade da resposta social** – 45 utentes
- **Número de utentes em Vagas com Acordo de Cooperação** – 45
- **Número de utentes atendidos** – 45 (12 do sexo masculino e 33 do sexo feminino).
- **Número de utentes admitidos em 2025** – 20 (6 do sexo masculino e 14 do sexo feminino). Dos 20 utentes admitidos, 14 residem sozinhos e 6 acompanhados.
- **Idades** – As idades dos utentes de Centro de Dia oscilam entre os 56 e os 98 anos.
- **Média de idades** – A média de idades dos utentes é de 82 anos, verificando-se uma maior incidência na faixa etária dos 80 aos 84 anos, com 16 utentes; destaca-se também o grupo dos 85 aos 89 anos, com 14 utentes.
- **Autonomia** – A maioria dos utentes (72%) são dependentes em grau reduzido a moderado em todas as atividades de vida diária.
- **Grau de isolamento** – Dos 45 utentes integrados nesta resposta social, 31 vivem sós e 14 acompanhados.
- **Horário** – O Centro de Dia funciona 5 dias por semana (de segunda a sexta feira), entre as 8h30 e as 17h30.

Página:	11 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

▪ 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:	12 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO - SEDE

- **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:	13 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

17/03/25 AS

Leite
Mendes
JCM

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO



As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de SAD SEDE, no ano de 2025, 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:	14 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

CENTRO DE DIA S.MIGUEL



- **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:	15 de 42	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

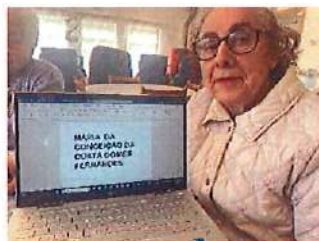
João Aci

Deleide
Mendes
Jorge

- 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



As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de **Centro de dia S. Miguel**, no ano de 2025, 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

Página:	16 de 42	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signature: H. Amos

Handwritten signature: J. P. Verticador
Handwritten signature: J. P.

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO S. MIGUEL

- **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:	18 de 42	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink, including 'Finais', 'Nin', and a large signature 'Fili de Almeida'.

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/Oficina da memória**, 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;

- **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:	17 de 42	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signature: *W. M. S. A. S.*

Handwritten signature: *Luís B. M. S.*
Handwritten signature: *Luís B. M. S.*

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO



As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de **Serviço de Apoio Domiciliário S. Miguel**, no ano de 2025, 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:	19 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Francis *Sci*
Peterson
W. Martins
Jorge



ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS



Durante o ano de 2025, foram realizadas várias atividades, em conformidade com o plano estabelecido 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 promoveu atividades duas vezes por semana, sendo a programação enriquecida, nos restantes dias, com momentos de expressão musical e corporal.

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
ERPI 1 e 2 (Apartamentos)	4.ª Feira	10H - 12H	Sala de convívio



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.



O programa de animação sociocultural desenvolvido ao longo do ano integrou diversas áreas de intervenção, com o objetivo de promover o bem-estar físico, cognitivo, emocional e social dos utentes. Na vertente física e motora, foram dinamizadas caminhadas internas e externas, com o propósito de incentivar a mobilidade, melhorar a condição física, reduzir o sedentarismo e promover hábitos de vida mais saudáveis.

No âmbito da animação cognitiva, mental e sensorial, foram realizados jogos e ateliers destinados à estimulação da atividade mental, incluindo exercícios de orientação temporal e espacial, atividades de estimulação da memória, resolução de palavras cruzadas e puzzles, bem como atividades de jardinagem e jogos de tabuleiro.

A expressão plástica foi igualmente trabalhada através da realização de diversos ateliers de trabalhos manuais temáticos, proporcionando momentos de criatividade, expressão pessoal e revivência de atividades anteriormente apreciadas pelos utentes.

A animação pela comunicação recorreu à utilização de recursos audiovisuais em atividades internas, destacando-se momentos musicais e a realização de matinés dançantes temáticas, promovendo a interação e o convívio entre os participantes.

O desenvolvimento pessoal e social foi estimulado através de dinâmicas de grupo, oficinas de multimédia e realização de videochamadas, contribuindo para facilitar o acesso à informação, promover a inclusão digital e atenuar o distanciamento familiar.

A animação lúdica, cultural e recreativa proporcionou diferentes atividades de lazer, incentivando a participação ativa, a imaginação e a expressão dos utentes, colaboradores e família.

No âmbito da animação comunitária, foram promovidas atividades de convívio interinstitucional, incluindo iniciativas intergeracionais realizadas em colaboração com a comunidade educativa, outras instituições e parceiros da comunidade.

Nas atividades de apoio ao quotidiano da instituição, são igualmente dinamizadas atividades de rotina, calendarizadas semanalmente, tais como os projetos "Cuida de Mim", "Ajuda no Tempo", "Cantinho da Jardinagem", bem como ateliers de expressão corporal e musical, entre outras iniciativas.

Ao longo do ano foram também assinaladas diversas datas comemorativas e eventos festivos, incluindo celebrações de épocas festivas, dias temáticos e os aniversários dos utentes da E.R.P.I., bem como a comemoração do 102.º aniversário da instituição.

Página:	21 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signature: Nunes A.C.

Handwritten signature: [illegible]

Handwritten signature: Jorge



Relativamente às atividades externas, realizaram-se passeios e visitas a diferentes locais, nomeadamente à Quinta da Malafaia (Câmara Municipal da Lousã), à Praia Fluvial de Nossa Senhora da Graça, em Serpins, à Praia Fluvial das Canaveias, em Góis, à Figueira da Foz, ao Santuário de Fátima e ao Presépio de Penela.

As atividades extra correspondem a iniciativas que surgem fora do plano anual previamente elaborado, resultantes de propostas adicionais que procuram dar resposta às necessidades e interesses dos utentes.

A atividade "Status com Coração" foi um projeto educativo e social que teve como objetivo promover a interação intergeracional, o desenvolvimento de competências pessoais e sociais e o fortalecimento dos valores do voluntariado e da cidadania ativa. Este projeto envolveu a participação de jovens alunos da STATUS, com a orientação de professores/tutores do STATUS/Centro Qualifica, e cerca de 60 utentes de respostas sociais de ERPI, Centro de Dia da Lousã e Foz de Arouce, organizados em grupos para facilitar o envolvimento e a partilha de experiências. Realizada uma ou duas vezes por semana, em sessões de 2 a 3 horas (ajustadas conforme o grupo), o projeto foi desenvolvido ao longo de aproximadamente 50 horas, podendo ser extensível de acordo com as necessidades. As atividades foram realizadas em horários geridos em parceria com a Santa Casa da Misericórdia de Lousã (SCML), garantindo flexibilidade para atender às especificidades dos participantes. O projeto integrou uma diversidade de atividades que estimularam o pensamento crítico, o espírito de equipa, a criatividade e a troca de saberes entre gerações. As atividades foram organizadas em diferentes áreas temáticas, alinhadas com o Referencial dos Processos - PLPQ, incluindo:

- Discussões sobre cultura nacional, cidadania, sustentabilidade e temas sociais atuais;
- Escrita de cartas, emails, poemas e histórias de vida, promovendo a expressão pessoal;
- Preparação de receitas tradicionais e modernas, explorando a fusão de sabores e culturas;
- Introdução às redes sociais, fotografia digital e uso básico de ferramentas informáticas (Word);
- Atividades de dança tradicional e moderna, jogos de equipa e dinâmicas de socialização;
- Dinâmicas para desenvolver competências como o respeito pelas normas, o trabalho em equipa e a tomada de decisões.

Página:	22 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials:
Fanny Sin
Rel. Anual de Atividades
M. Mendes
J. J. J.



No âmbito das atividades de socialização e convívio, foram realizados intercâmbios institucionais, em regime presencial, desenvolvidos em parceria técnica com as seguintes instituições:

- ACTIVAR – Associação de Cooperação da Lousã;
- Associação cultural e Artística “Encerrado para obras” – Companhia de Teatro “Voz da nascente até à Foz”;
- G.N.R - Ação de sensibilização sobre Burlas e Roubos – Lousã Segura ;
- Atividade religiosa com todas as instituições da Lousã na Igreja Matriz da Lousã;
- ADIC -Associação de Defesa do Idoso e da Criança de Vilarinho;
- Centro Paroquial de Solidariedade Social da Freguesia de Serpins;
- Associação Recreativa, cultural e Social da Gândaras;
- Centro Social e Cultural do Pinhal;
- Espaço J –ACTIVAR;
- Agrupamento de Escolas da Lousã;
- Câmara Municipal da Lousã – Matiné Dançante, Dia dos Avós, Magusto e atividades intergeracionais;
- Escola EB 1 da Lousã;
- Escola EB 2 da Lousã;
- Irmandade Nossa Senhora da Piedade;
- Ginástica sénior – "Lousã a Mexer Mais" da C.M. Lousã;
- GPL – Associação Cultural do Grupo de Concertinas da Lousã;
- Unidade Pastoral 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 – III Torneio jogo do Burro e XX Jogos da Freguesia;
- União de Freguesias de Foz de Arouce e Casal de Ermio;
- Estágio Curricular da aluna da Licenciatura em Animação Socio Educativa – Início de estágio: 10/02/2025 a 17/07/2025 – 16h às 20h (dias uteis) e sábado e domingo das 9h às 18h;
- Formação em contexto de trabalho de aluna do 1º ano do Curso de Comunicação, Marketing, RP e Publicidade – Início de estágio: 7/07/2025 a 28/07/2025 – 9h às 17h.

Página:	23 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

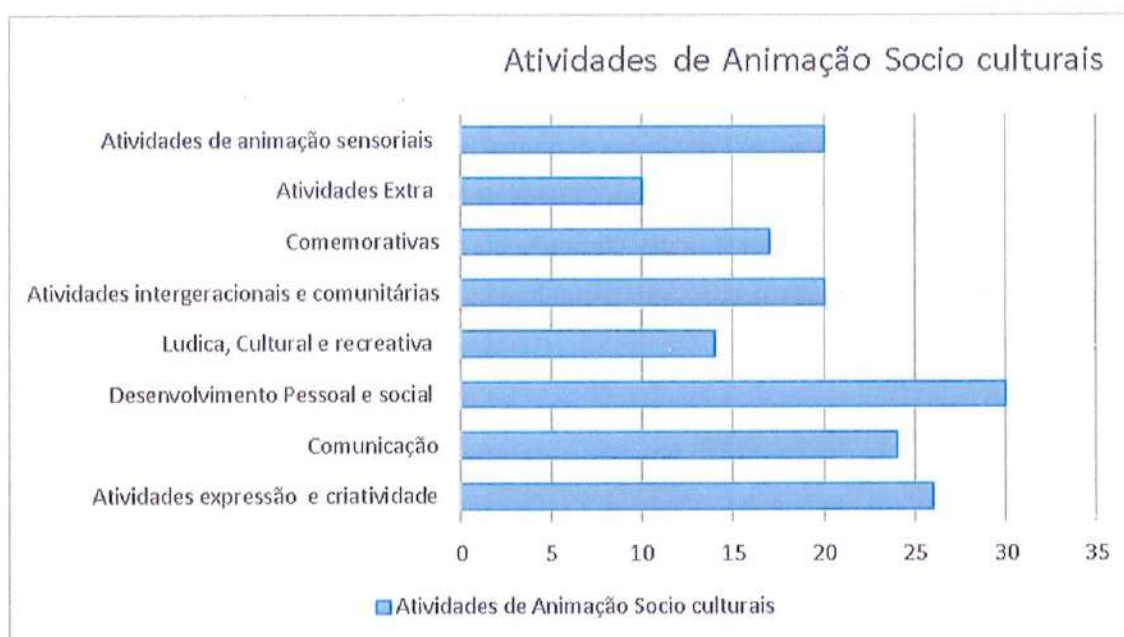
Handwritten signatures and initials in blue ink.

Handwritten signature in blue ink.

Handwritten signature in blue ink.

- Formação em contexto de trabalho de aluna do 2ºano do Curso de Comunicação, Marketing, RP e Publicidade –Início de estágio: 12/11/2025 – 14h30m às 17h30m.

Todas as 4 Feiras e as restantes na interrupção letivas do Natal e Páscoa.



Quadro 1- Referente a atividades socio culturais realizadas



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signature in blue ink.

Handwritten signature in blue ink.



PSICOLOGIA



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

Em 2025, 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/Oficina da memória**, 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;



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink, including 'Hans Sci' and 'J. J. P.'.

Principais patologias a nível da saúde mental dos utentes de ERPI em 2025:

- 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

Principais patologias a nível da saúde mental dos utentes de Centro de Dia em 2025:

- 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 foram avaliados através de instrumentos de avaliação, tais 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:	26 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials:
Fianis AEI
Luis
M. Fernandes
Jury



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.



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Francisco

Leandro

Julia

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.

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:	28 de 42	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Financ. NCI

Julia
Enfermeira



ENFERMAGEM



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 humanos e 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

Página:	29 de 42	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Hines Aci

Felipe
@Wernand

João

enfermagem é realizada, diariamente, 7 dias por semana (de segunda-feira a domingo), entre as 8 horas e as 20 horas; na ERPI 1 e 2, a equipa de enfermagem presta cuidados em função das necessidades individuais de cada residente, nomeadamente, tratamentos de feridas, administração de injetáveis e vigilância da situação clínica em parceria com as Ajudantes de Lar e Centro de Dia. A Enfermeira Coordenadora desloca-se, semanalmente, à resposta social de ERPI 1 e 2, para verificação de registos e planeamento de cuidados.

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 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, incluindo temáticas da segurança contra incêndios (formação teórica e prática de manuseamento de extintores e simulacro parcial/total de evacuação).

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

Página:	30 de 42	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials:
Hraus
ASci
Ferreira
M. Almeida
J. J. J.

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:	32 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Henrique Azeite

Dep. de
M. Azeite

Jorge

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 junho e setembro de 2025, 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 96,25% dos idosos institucionalizados necessitam, diariamente, de ajuda total ou parcial na satisfação dos seus autocuidados e 3,75% 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.

A equipa de enfermagem compromete-se com a prestação de cuidados de qualidade, reforçando o interesse na atualização contínua de conhecimentos e na garantia de continuidade dos cuidados através da plataforma de registos Healthi.

No âmbito a produção de conhecimento científico, é importante evidenciar, a publicação de artigos científicos, desenvolvidos em contexto de prestação de cuidados e orientação de estudantes de enfermagem na Santa Casa da Misericórdia da Lousã, permitindo dar visibilidade e credibilidade ao trabalho desenvolvido pela equipa de enfermagem. Os resultados das investigações científicas contribuem para melhorias na saúde, beneficiando diretamente a sociedade.



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

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 2025

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



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signatures and initials in blue ink.

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:	34 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Finanças ASci

Ass. de
Mantenimento

João



CRECHE I



Calendário Anual de Funcionamento

Abertura: 7h 30m

Encerramento: 18h 45m

De segunda a sexta-feira

Férias

Férias de Natal: 26 a 31 de dezembro

Férias da Páscoa: 14 a 17 abril

Férias: 1 a 21 de agosto de 2024

Frequência

Ao longo deste ano letivo ocorreram algumas saídas de crianças e entradas, no entanto tivemos sempre a lotação completa - 74 crianças.

Berçário – 10 crianças

Sala de 1 ano A – 14 crianças

Sala de 1 ano B – 14 crianças

Sala de 2 anos – 18 crianças.

Sala de 2 anos – 18 crianças.

Lista de Espera

Crianças nascidas em 2023 – 37

Crianças nascidas em 2024 - 51

Crianças nascidas em 2025 - 17

PROJETOS

O Projeto Educativo é "Espalhar sorrisos"

Cada grupo desenvolveu o seu projeto pedagógico de acordo com as necessidades do mesmo.

Página:	36 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



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 2025

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°3		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 ULTRACONGELADO		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 ULTRACONGELADA		146	146	0	146	0	146	146	0	146	0	146	146
ALHO FRANCÊS ULTRACONGELADO		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



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

W. name

Sub. de
W. name

July

Atividades Extracurriculares

As crianças tiveram aulas semanais de música.

Rotina Diária

A rotina diária dos Grupos

07h30 às 9h – Abertura e acolhimento no salão (componente de apoio à família);

9h – Início das atividades;

9h15 – Suplemento alimentar (papa de fruta, pão e leite) e higiene;

9h30 – Atividades na sala;

11h30 – Almoço;

12h 20 – Higiene;

12h45 – Dormitório;

13h às 15h – Tempo de repouso

15h – Levantar e higiene;

15h30 – Lanche

16h30 às 18, 45h – Atividades na sala;

18h 45m – Encerramento

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

Creche I e II (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 foi, por vezes difícil, devido ao facto de algumas colaboradoras terem estado, por longos períodos de baixa médica e nem sempre terem sido substituídas.

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 à Creche.

Página:	39 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

OUTRAS ACÇÕES

ACÇÕES DE FORMAÇÃO

Data	Objetivos	Entidade Formadora	Nº Formandos	Total Horas
25-01-2025	Cuidador de crianças e jovens	Centro Qualifica EMEQUATRO	8	400
12-02-2025	Ajudas Técnicas	Formação Interna	15	15
13-03-2025	Segurança contra incêndios: manuseamento de extintores	Bombeiros Municipais	16	24
02-04-2025	Posicionamentos no Leito	Formação Interna	11	11
08-04-2025	Primeiros socorros pediátricos	Formação Interna	24	48
29-05-2025	Segurança contra incêndios: manuseamento de extintores	Bombeiros Municipais	18	18
03-06-2025	Impacto da alimentação no bem-estar do utente	Formação Interna	76	76
06-06-2025	Promoção da Inteligência Emocional nas Crianças	Fundação António Silva Leal	5	15
18-06-2025	Lesões na pele e feridas traumáticas	Formação Interna	7	7
26-06-2025	Apresentação de Monografias	Formação Interna	9	9
27-06-2025	Instrumentos de intervenção social com população senior	Associação Teatro Construção	1	4
27-06-2025	Estratégias de gestão de stress na prestação de cuidadores	Formação Interna	9	9
09-07-2025	Higienização dos espaços	Formação Interna	11	11
10-09-2025	Grau de dependência Transferências em segurança	Formação Interna	12	12
09-10-2025	Referencial Humanidade: a arte de cuidar	REPLICAR	2	16
12-11-2025	Avaliação e Abordagem à Pessoa com Dor	Ordem dos Enfermeiros	6	180
25-01-2025	Cuidador de crianças e jovens	Centro Qualifica EMEQUATRO	8	400
12-02-2025	Ajudas Técnicas	Formação Interna	15	15
13-03-2025	Segurança contra incêndios: manuseamento de extintores	Bombeiros Municipais	16	24
02-04-2025	Posicionamentos no Leito	Formação Interna	11	11
08-04-2025	Primeiros socorros pediátricos	Formação Interna	24	48
29-05-2025	Segurança contra incêndios: manuseamento de extintores	Bombeiros Municipais	18	18
03-06-2025	Impacto da alimentação no bem-estar do utente	Formação Interna	76	76
06-06-2025	Promoção da Inteligência Emocional nas Crianças	Fundação António Silva Leal	5	15
18-06-2025	Lesões na pele e feridas traumáticas	Formação Interna	7	7
26-06-2025	Apresentação de Monografias	Formação Interna	9	9
27-06-2025	Instrumentos de intervenção social com população senior	Associação Teatro Construção	1	4
27-06-2025	Estratégias de gestão de stress na prestação de cuidadores	Formação Interna	9	9
09-07-2025	Higienização dos espaços	Formação Interna	11	11
10-09-2025	Grau de dependência Transferências em segurança	Formação Interna	12	12
09-10-2025	Referencial Humanidade: a arte de cuidar	REPLICAR	2	16

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

Continuamos a apoiar idosos e familiares com camas articuladas.

Página:	40 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Vinicius Aci

Leandro
M. S. S. S.
Julia



CRECHE II



Calendário Anual de Funcionamento

Abertura: 7h 30m

Encerramento: 18h 45m

De segunda a sexta-feira

Férias

Férias de Natal: 26 a 31 de dezembro

Férias da Páscoa: 14 a 17 abril

Férias: 1 a 21 de agosto de 2024

Frequência

Ao longo deste ano letivo ocorreram algumas saídas de crianças e entradas. De outubro a janeiro sem qualquer participação. De fevereiro a junho como Creche aderente e desde então Creche com acordo de cooperação.

Berçário – 10 crianças

Sala de 1 ano A – 14 crianças

Sala de 1 ano B – 14 crianças

Sala de 2 anos – 18 crianças.

Não abrimos a segunda sala de 2 anos porque não tínhamos crianças.

Lista de Espera

Crianças nascidas em 2023 – 37

Crianças nascidas em 2024 - 51

Crianças nascidas em 2025 - 17

PROJETOS

O Projeto Educativo é "Espalhar sorrisos"

Cada grupo desenvolveu o seu projeto pedagógico de acordo com as necessidades do mesmo.

Página:	38 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Handwritten signature

Handwritten signature

Handwritten signature

Atividades Extracurriculares

As crianças tiveram aulas semanais de música.

Rotina Diária

A rotina diária dos Grupos

07h30 às 9h – Abertura e acolhimento no salão (componente de apoio à família);

9h – Início das atividades;

9h15 – Suplemento alimentar (papa de fruta, pão e leite) e higiene;

9h30 – Atividades na sala;

11h30 – Almoço;

12h 20 – Higiene;

12h45 – Dormitório;

13h às 15h – Tempo de repouso

15h – Levantar e higiene;

15h30 – Lanche

16h30 às 18, 45h – Atividades na sala;

18h 45m – Encerramento

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

Creche I e II (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 foi, por vezes difícil, devido ao facto de algumas colaboradoras terem estado, por longos períodos de baixa médica e nem sempre terem sido substituídas.

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 à Creche.

Página:	37 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

OBRAS

- ✓ Manutenção e conservação de todos os edifícios.
- ✓ Conclusão da obra de remodelação do salão polivalente para a Sala de atividades
- ✓ Conclusão das obras de transformação dos pisos 2 e 3 do prédio da Av. S. Silvestre na modalidade de ERPI/Apartamentos

PATRIMÓNIO DO BRASIL

- ✓ As conversas/negociações continuam para que se encontre uma solução, que pode ser **venda** ou **a transformação/ reorganização**.

Aprovado em reunião da Mesa Administrativa **12 março** de 2026.

A MESA ADMINISTRATIVA,

Página:	41 de 41	Rel. Anual de Atividades	2025	Data de Elaboração:	12.03.2026
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------

