PLANO ANUAL DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO 2027

www.scmlousa.pt
Email: geral@scmlousa.pt

Av. Coelho da Gama, 8
3200-200 Lousã
Contribuinte nº 500 876 983

Tel. + 351 239 991 294 / 239 993 352
Fax + 351 239 994 198

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Índice

Introdução _____ pág. 3

IDOSOS

Estrutura Residencial Para Pessoas _____ pág. 5

Ações Gerais para o ano de 2027 _____ pág. 6

Áreas de intervenção _____ pág. 7

Atividades de Animação Sociocultural _____ pág. 9

Formação de Colaboradores _____ pág. 20

Centro de Dia – Lousã _____ pág. 21

Serviço de Apoio Domiciliário – Sede _____ pág. 23

Centro de Dia – S. Miguel _____ pág. 25

Serviço de Apoio Domiciliário – S. Miguel _____ pág. 27

Cantinas Sociais _____ pág. 29

Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas _____ pág. 29

ERPI Apartamentos 1 _____ pág. 30

ERPI Apartamentos 2 _____ pág. 35

CRIANÇAS

Creche I _____ pág. 40

Creche II _____ pág. 41

Obras _____ pág. 42

Orçamento _____ pág. 43

INTRODUÇÃO

O ano de 2026 voltou a ser marcado por um contexto de incerteza social e económica que continuou a colocar desafios significativos ao setor social.

As instituições que desenvolvem respostas sociais essenciais para as comunidades continuarão a enfrentar, em 2027, um cenário particularmente exigente, marcado por crescentes dificuldades financeiras, pelo aumento generalizado dos custos de funcionamento e pela necessidade permanente de adaptação às novas realidades sociais.

Entre os fatores que se prevê venham a pressionar a gestão das instituições ao longo do ano, destaca-se o preço dos combustíveis, com impacto direto e transversal na atividade diária. Este encargo continuará a refletir-se nos custos de transporte de utentes, na prestação do Serviço de Apoio Domiciliário, na distribuição de refeições e na manutenção da frota de viaturas, repercutindo-se ainda, de forma indireta, no preço dos bens alimentares, da energia e dos demais produtos e serviços essenciais ao funcionamento das respostas sociais. Trata-se de um custo que a Instituição não poderá reduzir sem prejuízo da proximidade e da qualidade do apoio prestado, sobretudo junto dos utentes mais isolados e dependentes.

Neste enquadramento, a nossa Instituição procurará manter uma atuação responsável, resiliente e orientada para a concretização da sua missão. Ao longo do ano, continuaremos a desenvolver esforços no sentido de reforçar a organização interna, otimizar recursos e melhorar continuamente a qualidade das respostas sociais prestadas. Será dada particular atenção à gestão eficiente dos percursos e da utilização das viaturas, bem como à adoção de medidas de contenção no consumo de energia, procurando atenuar o impacto do custo dos combustíveis. A racionalização de meios, aliada ao compromisso com o bem-estar, o conforto e a dignidade dos utentes, manter-se-á como 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, bem como de mecanismos de atualização das comparticipações que acompanhem a evolução real dos custos, nomeadamente dos combustíveis e da energia. Sem esse reforço, muitas instituições poderão enfrentar sérias dificuldades na manutenção da sua atividade, incluindo a nossa.

O ano de 2027 exigirá, por isso, uma gestão prudente e equilibrada, assente 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 continuarão a ser elementos fundamentais para o desenvolvimento do nosso trabalho diário.

Relativamente às prioridades definidas para o ano, estas assentarão 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. A plena concretização destas metas dependerá, em larga medida, da evolução das condições financeiras do setor e do comportamento dos custos de funcionamento.

Contaremos, uma vez mais, com o contributo determinante dos nossos colaboradores e colaboradoras. O seu profissionalismo, dedicação, espírito de missão e sentido de responsabilidade serão fundamentais para garantir a qualidade dos serviços prestados e assegurar o funcionamento diário da Instituição num ano que se antevê igualmente exigente.

No que respeita ao processo relacionado com o património no Brasil, prevê-se que o mesmo continue a desenvolver-se ao longo de 2027. Mantemos a expectativa de que este processo venha a representar uma oportunidade relevante para a valorização patrimonial da Instituição, aguardando-se, nesse âmbito, a apresentação de uma proposta por parte do potencial investidor que já manifestou o seu interesse.

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.

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

- **CAPACIDADE:** 80
- **VAGAS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 65
- **VAGAS EXTRA ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 15
- **VAGAS CATIVAS DA SEGURANÇA SOCIAL:** 7
- **IDOSOS INSCRITOS EM ERPI:** 144
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Alojamento
- Alimentação adequada às necessidades do utente, respeitando as prescrições médicas e/ou da nutricionista
- Cuidados de higiene pessoal, de 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, nomeadamente:
  - Sessões de atividade 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 da ERPI, respeitando a capacidade e interesse dos utentes
  - Passeios / Excursões
  - Intercâmbios Institucionais
- Apoio no desempenho das atividades da vida diária
- Cuidados de saúde – médicos e de enfermagem (engloba a administração de fármacos por via intramuscular ou subcutânea, na presença de prescrição médica)
- Fisioterapia / Ajudas técnicas
- Terapia Ocupacional
- Psicologia / Apoio psicossocial, facilitador do equilíbrio e bem-estar
- Acompanhamento social
- Assistência religiosa e espiritual

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

- Fornecimento de produtos e dispositivos de incontinência (fraldas, cuecas-fralda, pensos, sondas vesicais);
- Fornecimento de produtos para realização de cuidados de enfermagem, nomeadamente, apósitos para tratamento de feridas, dispositivos de alimentação (sondas nasogástricas) e função respiratória (sondas de aspiração e máscaras de nebulização);
- Fornecimento de suplementos alimentares e espessante;
- Serviço de cabeleireiro, manicure e pédicure;
- Acompanhamento a consultas (com início a 01.01.2027).

▪ AÇÕES GERAIS PARA O ANO DE 2027

- Términus das obras no 1.º piso da ERPI;
- Aquisição de 20 colchões viscoelásticos para camas articuladas;
- Aquisição de 3 cadeiras de banho;
- Aquisição de 12 colchões de pressão alterna;
- Colocação de dispensadores de álcool gel e de papel/sabonete na ala 2;
- Aquisição de expositor para colocação de *flayers* no hall de entrada da ERPI;
- Aquisição de colchas;
- Aquisição de 3 dispensador de água;
- Bacios e urinóis de inox;
- Colocação de barras de proteção camas ala 2 e 3;
- Aquisição de quatro conjuntos de proteção lateral para aplicar nas grades das camas;
- Aquisição de 14 televisões para os quartos novos (ala 2);
- Colocação de dispositivos de segurança nas portas de emergência da ERPI (pedido já em curso);
- Colocação de climatização adequada (arrefecimento) nos quartos da ala 1 e ala 3;
- Aquisição de 2 carros da roupa;
- Aquisição de 2 conjuntos de 4 cadeira de espera;
- Aquisição de gerador;
- Aquisição de 2 Caldeiras a gás, para águas e aquecimento
- Aquisição de máquina e secador de roupa;
- Implementação do Referencial Humanitude.

ÁREAS DE INTERVENÇÃO

1. MÉDICO

- Assegurar a continuidade do acompanhamento médico aos utentes da ERPI, através de consultas programadas duas vezes por semana e de avaliações adicionais sempre que a situação clínica o justifique, garantindo a monitorização do estado de saúde e a adequação da intervenção às necessidades individuais.

2. ENFERMAGEM

Prestação e supervisão de cuidados de saúde

- Assegurar a prestação diária de cuidados de enfermagem de cuidados gerais, no período compreendido entre as 8h00 e as 20h00, garantindo a continuidade assistencial através da implementação de um serviço de enfermagem durante 24 horas por dia.
- Garantir a coordenação, supervisão e avaliação dos cuidados de saúde prestados aos utentes, através da intervenção da Enfermeira Coordenadora, nos dias úteis, entre as 8h30 e as 15h30, promovendo a qualidade, a segurança, a continuidade e a adequação dos cuidados às necessidades identificadas.

Aquisição e gestão de material clínico

- Proceder à aquisição e renovação de equipamentos e materiais clínicos necessários à prestação segura e eficaz dos cuidados de enfermagem, nomeadamente:
  - Armários com prateleiras e portas para a sala de terapêutica, em substituição dos equipamentos danificados;
  - Prateleira de parede rebatível para apoio à verificação da Preparação Individualizada da Medicação (PIM);
  - Carro de apoio à realização de tratamentos e cuidados a feridas;
  - Armário de pequenas dimensões, com gavetas, destinado ao acondicionamento da medicação não incluída na PIM;
  - Dois termómetros e dois oxímetros, assegurando a disponibilidade de equipamentos essenciais à avaliação e monitorização clínica dos utentes.

Atividades a desenvolver

- Realizar consultas de enfermagem programadas, com avaliação holística e sistemática dos utentes, identificando necessidades, fatores de risco e alterações do estado de saúde, com vista à definição e atualização do plano de cuidados individualizado.
- Promover a formação contínua das ajudantes de lar e centro de dia e de outros profissionais da Instituição, através de ações de formação e capacitação dinamizadas pela equipa de enfermagem, contribuindo para a adoção de práticas seguras e adequadas no acompanhamento diário dos utentes.
- Desenvolver ações de educação para a saúde dirigidas aos utentes, abordando temáticas relevantes para a promoção da saúde, prevenção da doença, segurança e manutenção da qualidade de vida.

- Planear, implementar e avaliar planos de cuidados individualizados, ajustados à condição clínica, funcional, cognitiva e psicossocial de cada utente, promovendo a autonomia, a dignidade e o bem-estar.
- Assegurar a gestão, organização, controlo e monitorização dos materiais e dispositivos clínicos, garantindo a sua disponibilidade, conservação e utilização adequada.
- Elaborar, rever e atualizar protocolos e procedimentos de atuação no âmbito da saúde, incluindo a prevenção e controlo de infeção, a gestão de situações de risco e a resposta a situações de emergência ou de saúde pública, promovendo a uniformização de práticas e a segurança dos utentes e dos profissionais.
- Proceder à revisão e atualização das dietas dos utentes, em articulação com o Médico Assistente e a Nutricionista, sempre que se verifiquem alterações clínicas ou nutricionais que justifiquem a sua adequação.
- Assegurar a orientação e supervisão de estudantes de enfermagem, em articulação com a Escola Superior de Enfermagem da Universidade de Coimbra, promovendo o desenvolvimento de competências clínicas, técnicas e relacionais.
- Colaborar na orientação e supervisão de estudantes do curso profissional de Técnico Auxiliar de Saúde, contribuindo para a aquisição de conhecimentos e competências adequados ao contexto institucional.
- Monitorizar a condição clínica e funcional dos utentes através de instrumentos de avaliação adequados, nomeadamente o Índice de Barthel, permitindo avaliar a evolução do grau de dependência, adequar os planos de cuidados e documentar os resultados da intervenção de enfermagem.
- Promover a melhoria contínua da qualidade dos cuidados de saúde, através da monitorização das práticas, da análise das necessidades identificadas e da implementação de medidas corretivas e preventivas sempre que necessário.

3. NUTRICÃO E ALIMENTAÇÃO

Atividades a desenvolver:

- Elaboração de ementas, de acordo com regras e capitações definidas para as várias respostas sociais existentes;
- Prestação de assistência nutricional individual, elaborando o diagnóstico nutricional, com base nos dados clínicos, bioquímicos, antropométricos e alimentares;
- Prescrição nutricional, com base no diagnóstico e estado de saúde, adequando-a à evolução do estado nutricional;
- Prescrição, planeamento, análise, supervisão e avaliação de planos alimentares terapêuticos;
- Elaboração de procedimentos técnicos a serem realizados relativos às áreas de alimentação e nutrição;
- Acompanhamento e monitorização do serviço prestado no âmbito da higiene e segurança alimentar e participação nas ações de formação desenvolvidas pela empresa da área;
- Implementação e acompanhamento de auditorias no âmbito de segurança alimentar e nutrição;
- Planeamento, organização, monitorização e avaliação da unidade de alimentação coletiva de forma a diminuir o desperdício e haja lugar à reciclagem do papel;

- Conceção de um código de boas práticas e aplicação de metodologias de segurança alimentar baseadas nos princípios do HACCP;
- Realização do controlo de qualidade dos géneros alimentícios produzidos e transportados;
- Realização de ações de formação a manipuladores de alimentos desde cozinheiros, auxiliares de cozinha e distribuidores de alimentação, nas áreas de alimentação saudável, dietas de acordo com a patologia de cada utente, procedimentos/circuitos corretos a nível de higiene e segurança alimentar, desde a receção de alimentos até ao serviço ao utente;
- Acompanhamento dos manipuladores de alimentos, no dia a dia, nas diversas funções desempenhadas e no serviço das diversas refeições, de forma a poder "*conduzir*" os procedimentos e melhorar o serviço prestado a nível de preparação e confeção das refeições, qualidade e quantidade servida e segurança alimentar;
- Acompanhamento dos utentes durante o serviço de refeições de forma a, por um lado assistir à recetividade de cada ementa e por outro verificar a quantidade servida/ingerida de acordo com idade, patologia e condição física de cada um;
- Realização de ações de sensibilização para os utentes;
- Criação pelos utentes, especialmente os que tenham tido hábitos de trabalhar na terra e que disponham de condição física adequada, de um canteiro de ervas aromáticas de forma a incentivar a diminuição do consumo de sal;
- Criação de uma compostagem destinada a adubar as terras onde são produzidos os produtos alimentares;
- Plantação de outros produtos menos conhecidos dos utentes (crianças e idosos) de forma a diversificar a oferta; de preferência envolver os utentes, tanto crianças como idosos, nessas produções;
- Participação na gestão/organização do serviço de alimentação.

4. FISIOTERAPIA

Manutenção dos serviços:

- Garantir o atendimento diário de fisioterapia, de segunda a sexta-feira;
- Assegurar a continuidade dos serviços prestados pela auxiliar de fisioterapia.

Material a adquirir:

- Equipamentos de ajudas técnicas:
  - 15 cintos - pélvicos e abdominais;
  - 15 almofadas de posicionamento (de cabeça)
- Equipamento/material de fisioterapia:
  - 1 pedaleira manual;
  - 6 halteres de diferentes pesos;
  - 2 pares de perneiras de 1kg e de 2kg;
  - 4 therabands.

- **Atividades a realizar**

- Planeamento e Implementação: Elaborar e aplicar planos de intervenção individualizados para cada utente, tendo em conta as necessidades específicas de prevenção, habilitação e reabilitação, com o objetivo de manter ou restaurar o movimento e a capacidade funcional, promovendo a reabilitação da condição clínica.

- Avaliação e Tratamento: Realizar avaliações e tratamentos personalizados, adaptados à condição clínica de cada utente, definindo a periodicidade e o grau de urgência de cada intervenção.

- Sessões em Grupo: Manter as sessões de fisioterapia em grupo, realizadas diariamente, com o objetivo de restaurar a capacidade de movimento, melhorar o equilíbrio e aperfeiçoar a coordenação motora.

- Gestão de Material: Efetuar a gestão do material de ajudas técnicas, incluindo o levantamento das necessidades, bem como a implementação e o ensino da correta utilização dos equipamentos junto dos utentes e colaboradoras.

- Formação Interna: Dar continuidade às ações de formação dirigidas às colaboradoras, no âmbito da fisioterapia.

5. PSICOLOGIA

• Atividades a realizar

- Realizar avaliações psicológicas e proceder ao diagnóstico diferencial dos principais problemas clínicos;

- Efetuar acompanhamento psicológico a todos os utentes que apresentem vulnerabilidade emocional e afetiva, perturbações comportamentais, ansiosas e depressivas, e todas as situações que o justifiquem;

- Minimizar perdas cognitivas e manter/melhorar as funções cognitivas existentes, através da realização de sessões de estimulação cognitiva individual e em pequenos grupos, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Realizar intervenção grupal, através de sessões de desenvolvimento psicossocial, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Incrementar a autoestima, fomentar a autonomia e reforçar a interação social;

- Implementação de uma abordagem multissensorial - atividades de snozelen - junto de utentes com o diagnóstico de demência ou que apresentem défices cognitivos graves, através da estimulação dos sentidos (luzes, sons, cheiros, vibrações, etc.) e prática de técnicas de relaxamento, que permite minimizar o estado de desconforto físico e dor, aliviar a tensão emocional e agressividade, desenvolver as capacidades de comunicação e socialização e reduzir comportamentos socialmente inadequados;

- Fomentar dinâmicas de grupo com as colaboradoras para fortalecer o trabalho em equipa e melhorar o relacionamento interpessoal. Estas atividades promovem a cooperação, a empatia e a comunicação, contribuindo para um ambiente mais harmonioso e produtivo.

- Formações periódicas dirigida às colaboradoras

• Material a adquirir:

- Aquisição material de estimulação cognitiva – ferramenta terapêutica – "Domínios cognitivos".

6. TERAPIA OCUPACIONAL

• Atividades a realizar:

- Avaliar e efetuar uma intervenção direcionada a cada utente, de acordo, com as suas necessidades e limitações;
- Promover o treino das atividades básicas de vida diária;
- Promover a estimulação das funções cognitivas;
- Estimulação sensorial;
- Promover uma melhoria/manutenção das capacidades motoras e cognitivas existentes;
- Promover uma melhoria/manutenção da capacidade funcional;
- Promover sessões de movimento/psicomotricidade e motricidade grossa e fina – individuais e em grupo;
- Aconselhamento de produtos de apoio, de forma, a facilitar o desempenho nas tarefas;
- Aconselhamento de estratégias de segurança e prevenção de quedas;
- Formação interna dirigidas às colaboradoras.

• Material a adquirir:

- Equipamentos de ajudas técnicas (5 copos adaptados, 5 colheres com ângulo; 5 engrossador de cabo, 10 rebordo de pratos);
- Material direcionado para o treino de motricidade fina (4 embalagens de plasticina terapêutica, 1 banda elástica).

ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS

Na instituição, existe um Plano Anual de Atividades Socioculturais, complementado pelo Plano Mensal e pelo Plano Semanal. Este último é elaborado de forma interativa, com periodicidade semanal, permitindo uma gestão mais eficaz e organizada no que respeita aos utentes, colaboradores e outros. De forma a assegurar a eficiência dos processos organizacionais, a otimização dos recursos humanos e materiais, e a qualidade da resposta prestada aos utentes.

O Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural e Educativa tem como finalidade promover o bem-estar físico, cognitivo, emocional e social dos utentes, através de iniciativas diversificadas, significativas e ajustadas aos seus interesses, capacidades e necessidades.

A intervenção assenta numa abordagem individualizada e participativa, valorizar as histórias de vida, as experiências, os gostos e as potencialidades de cada pessoa. Pretende-se estimular as capacidades cognitivas e funcionais, reforçar as relações interpessoais, prevenir o isolamento social e incentivar a autonomia, a criatividade e a participação ativa na vida institucional e comunitária.

Através da dinamização de atividades lúdicas, culturais, educativas, recreativas e intergeracionais, procura-se proporcionar experiências enriquecedoras que contribuam para a manutenção das competências, o fortalecimento dos laços afetivos e a melhoria da qualidade de vida. As atividades serão planeadas e desenvolvidas de forma flexível, respeitando os ritmos individuais, as limitações funcionais e as preferências dos utentes, com especial atenção à inclusão, à dignidade e à promoção de um envelhecimento ativo e saudável.

A implementação do plano pressupõe a articulação com a equipa multidisciplinar, as famílias, os cuidadores e a comunidade, promovendo uma intervenção integrada, humanizada e orientada para a participação, a valorização pessoal e a melhoria contínua dos serviços prestados.

O plano anual poderá organizar-se em oito áreas fundamentais:

1. **Estimulação cognitiva e educativa** — exercícios de memória, atenção, linguagem, orientação temporal e espacial, leitura e escrita;
2. **Expressão plástica e criatividade** — pintura, desenho, trabalhos manuais, artes decorativas e atividades temáticas;
3. **Animação sociocultural** — celebração de datas comemorativas, tradições populares, festas institucionais e atividades culturais;
4. **Animação musical e expressão corporal** — sessões de música, canto, dança adaptada e exploração de instrumentos musicais;
5. **Atividades lúdicas e recreativas** — jogos tradicionais, jogos de mesa, dinâmicas de grupo e atividades de convívio;

6. **Promoção da autonomia e funcionalidade** — atividades da vida diária, jardinagem, culinária simples e tarefas significativas;
7. **Participação social e comunitária —** passeios, visitas culturais, encontros intergeracionais e iniciativas com entidades locais;
8. **Valorização pessoal e emocional** — reminiscência, partilha de histórias de vida, celebração de aniversários e atividades promotoras da autoestima e do sentimento de pertença.

Embora muitas atividades possam ser comuns às duas respostas sociais, a sua dinamização deverá considerar as características e necessidades dos participantes.

- ✓ **ERPI:** privilegiar a continuidade das rotinas significativas, o conforto emocional, a manutenção das capacidades, a estimulação sensorial e cognitiva e a prevenção do isolamento, incluindo atividades individuais ou em pequenos grupos sempre que necessário.

- ✓ **Centro de Dia:** valorizar a participação ativa, a manutenção da autonomia, o convívio, a ligação à comunidade e o desenvolvimento de atividades que contribuam para a permanência da pessoa no seu meio habitual de vida.

A instituição pretende estabelecer e manter parcerias estratégicas e protocolos de cooperação com entidades locais e municipais, nomeadamente:

- ✓ Projeto "Lousã a Mexer + – parceria com a Câmara Municipal da Lousã para dinamização de atividades físico-desportivas dirigidas à população sénior (ex.: Hidroginástica, ginástica sénior, zumba sénior, Boccia sénior);
- ✓ Promover visitas a Quinta Pedagógica Caimão - Este programa enquadra-se no projeto RURALL – Uma Quinta para todos, sendo um projeto de educação, sensibilização e valorização da natureza e do meio-ambiente promovido pela ARCIL;
- ✓ Conselho Municipal Sénior – plataforma consultiva municipal que promove a participação ativa da população idosa no desenvolvimento e monitorização de políticas públicas locais;
- ✓ Projeto de voluntariado – iniciativa de intervenção intergeracional que visa fomentar voluntariado, transmissão de saberes tradicionais e estimulação cognitiva e social, com envolvimento de pessoas da comunidade;
- ✓ Projeto voluntariado – Acolhimento de voluntários – ACTIVAR JUVENTUDE – Corpo Europeu de Solidariedade;
- ✓ Projeto intergeracional – Agrupamento de Escolas da Lousã, CATL ARCIL, Espaço J da Ativar – programas de interação institucional e atividades intergeracionais, potenciando a integração comunitária e o enriquecimento sociocultural;

- ✓ Parceria com C.M.L e Activar , programa Experimenta +, duas semanas de participação de jovens nas atividades da instituição
- ✓ Parceria com a Unidade Pastoral da Lousã e Conferência de S. Vicente Paulo – Realização da Missa Mensal na Instituição e voluntariado.

O presente Plano de Atividades visa promover uma intervenção integrada e individualizada, centrada nas necessidades e potencialidades de cada pessoa, valorizando o seu bem-estar, a autonomia, a participação social e o envelhecimento ativo. Através da colaboração entre diferentes áreas profissionais e da articulação com a comunidade, pretende-se assegurar cuidados de qualidade, adequados às necessidades individuais e orientados para a melhoria contínua dos serviços prestados.

Para o ano de 2027, temos programadas as seguintes atividades:

MÊS	ATIVIDADES	DESTINATÁRIOS
JANEIRO	Comemoração do Dia de Reis - Cantar Janeiras	Utentes da instituição e colaboradores
	Comemoração Dia Internacional do Obrigada Criar um mural ou quadro,escrever mensagens de agradecimento e anexar fotos e desenhos	Utentes, familiares e colaboradores da Instituição
	Comemoração Dia da escrita Incentivar a criatividade, melhorar as competências de escrita e expressão	Professor Voluntario e utentes da Instituição
	Trabalhos manuais: Dia dos namorados	Utentes da Instituição
	Comemoração do dia do Riso – Terapia do Riso	Utentes da Instituição
FEVEREIRO	Comemoração Dia Mundial do Doente - Visita a um doente	Utentes da Instituição
	Celebração Missa dos Doentes	Unidade Pastoral da Lousã e utentes da Instituição
	Comemoração do Dia da Nª Senhora as Candeias Promover um momento de reflexão e oração em grupo	Utentes da Instituição
	Atividade de Culinária (Dia dos Namorados)	Utentes e colaboradores da Instituição
	Comemoração do Dia da Amizade (Namorados) Atividade intergeracional	Utentes e colaboradores da Instituição
	Atelier de expressão plástica: - Decoração do espaço físico da Instituição com a temática do Carnaval (realização de trabalhos pelo utentes - fatos e máscaras de Carnaval)	Utentes da Instituição

	Comemoração Dia Mundial da Rádio - Fazer uma ligação a rádio local e festejar a temática	Utentes da Instituição
	Festa de Carnaval Atividade intergeracional	Utentes e colaboradores da Instituição
MARÇO	Via Sacra Leitura e passagem de Via Sacra	Utentes e colaboradores da Instituição
	Festa de comemoração do Dia da Mulher Homenagear as colaboradoras da instituição	Utentes e colaboradores da Instituição
	Comemoração do Dia Mundial da Oração Criar cartões com orações	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia Mundial da Floresta: - Cantinho da jardinagem/ Horta sensorial	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia Mundial do Teatro - Dinamizar uma tarde de expressão dramática	Utentes da Instituição
	Atelier de expressão plástica - exposição de trabalhos elaborados pelos utentes com a temática da Páscoa; - Decoração da Instituição; - Realização de lembranças para entregar aos utentes no Dia de Páscoa	Utentes da Instituição
	Atividade de Culinária Confeção Folares da Páscoa	Utentes da Instituição
	Cuida de mim – atividade de promoção da autoestima positiva (massagem, manicure, maquilhagem)	Utentes da Instituição
A B R I L	Visita a exposição Museu Dr. Álvaro de Lemos	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia Mundial da Atividade Física - Dinamizar semana de atividades lúdico e desportivas - Criar espaço exterior caminhada terapêutica sensorial	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia Mundial da Saúde Sessão de Educação para a saúde sobre alimentação equilibrada e saudável para a terceira idade	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia Mundial da Voz - Promover tarde de convívio /cantar a Desgarrada	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia Mundial da Dança -Workshop de dança criativa	Utentes da Instituição
	Comemoração do 25 de Abril Roda de Conversa sobre Memórias do 25 de Abril Oficina de Cravos de Papel	Utentes da Instituição
	Comemoração do dia mundial dos Monumentos Visita a Capela da Misericórdia	Utentes da Instituição

MAIO	Atividades Religiosas - Vivenciar os Festejos da Nossa Senhora da Piedade	Utentes da Instituição
	Atelier de expressão plástica -Realização de trabalhos manuais para comemoração do Dia da Mãe	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia Internacional da Família -Dinamização de atividades com família de utentes	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia da Espiga: - Recolha dos elementos para elaboração dos ramos tradicionais -Oferta de ramos aos utentes, colaboradores e familiares	Utentes e colaboradores da Instituição
	Vivenciar Festejos Corpo de Deus	Utentes e colaboradores da Instituição
	Visita ao Museu Etnográfico Dr. Louzã Henriques	Utentes da Instituição
JUNHO	Comemoração dos Santos Populares Decoração de Espaço Físico da Instituição	Marcha S. João Utentes e colaboradores da Instituição
	Passeio - Nossa Senhora da Piedade	Utentes da Instituição
	Passeio a Aldeia Serrana –Talasnal	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia Mundial do Ambiente - Realização de atividades de jardinagem/ Horta sensorial - Trabalhos com materiais reciclados - Gincana do ambiente – jogos no exterior	Utentes da Instituição
JULHO	Passeio praia	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia do Amigo - Cartões da amizade "Amigo secreto" - Sessão e exposição fotográfica	Utentes da Instituição
	Passeio praia	Utentes da Instituição
	Festa de Comemoração do Dia dos Avós - Atividade intergeracional	Utentes da Instituição
	Tarde de Jogos Tradicionais - Atividade intergeracional Tarde de jogos de tabuleiro, dominó, cartas, loto e outras atividades lúdicas	Utentes da Instituição, Crianças e Jovens de Instituições que promovem atividades de tempos livres
	Sessão de Educação para a saúde sobre Cuidados de Saúde no Verão	Utentes da Instituição
AGOSTO	Passeio praia fluvial de Bogueira	Utentes da Instituição
	Atelier de expressão plástica para exposição: bonecos de pano, porta-chaves, marcadores de livros, trabalhos em crochet, lenços dos namorados	Utentes da Instituição
	Tarde de Jogos Tradicionais Atividade intergeracional Tarde de jogos de tabuleiro, dominó, cartas, loto e outras atividades lúdicas	Utentes da Instituição, Crianças e Jovens de Instituições que promovem atividades de tempos livres

	Passeio praia	Utentes da Instituição
SETEMBRO	Passeio – Fátima	Utentes da Instituição
	Missa celebrar Aniversário da Instituição 2 de setembro	Utentes da Instituição
	Atelier de expressão plástica para decoração de Outono Espantalhos	Utentes da Instituição
	Verbena – Festa anual de encerramento de atividades de verão (a confirmar)	Utentes e colaboradores da Instituição
OUTUBRO	Comemoração do Dia Internacional da Pessoa Idosa Semana dedicada ao Envelhecimento Ativo – Atividades multidisciplinares	Utentes e colaboradores da Instituição
	Descamisada Atividade intergeracional	Utentes e colaboradores da Instituição
	Comemoração do Dia Mundial da Alimentação Confeção de Espetadas de frutas	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia das Bruxas (Halloween) e a tradição portuguesa do Pão por Deus — "Bolinhos e Bolinhós" com atividades adaptadas aos interesses dos utentes	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia de todos os Santos Visita ao Cemitério — Memória, Saudade e Tradição	Utentes da Instituição
NOVEMBRO	Matiné Dançante "Outono"	Utentes da Instituição
	Atividade de Culinária – Confeção broinhas de batata e compotas/doces	Utentes e colaboradores da Instituição
	Magusto - Atividade intergeracional	Utentes e colaboradores da Instituição
	Atelier de expressão plástica: - Pintura de presépios - Realização de trabalhos manuais alusivos ao Natal - Realização de lembranças para entrega aos utentes e colaboradores da Instituição	Utentes da Instituição
DEZEMBRO	Decoração do espaço físico da Instituição Natal	Utentes da Instituição
	Comemoração da Época Natalícia – Semana com Atividades multidisciplinares	Utentes da Instituição
	Atividade de Culinária – Confeção de broinhas de Natal	Utentes e colaboradores da Instituição
	Festa de Natal Atividade Intergeracional	Utentes, familiares e colaboradores da Instituição
	Matiné Dançante "Fim de Ano"	Utentes da Instituição

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas e Centros de Dia

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
MANHÃ	ATELIER DE ARTES PLÁSTICAS 9H45 –11H45 (sala de atividades) ATIVIDADE DE MOVIMENTO / ATIVIDADE FÍSICA 11H –12H (sala de atividades)	OFICINAS INTERGERACIONAIS 10H –11H30 (creche 1, 2 e sala de convívio ERPI) ATIVIDADE DE MOVIMENTO / ATIVIDADE FÍSICA 11H –12H (sala de atividades)	ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS ERPI 1 e 2 10H – 12H	ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS CENTRO DE DIA 9H – 12H	ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS CENTRO DE DIA S. MIGUEL 9H – 12H
ATIVIDADE NO EXTERIOR SEMPRE QUE O TEMPO PERMITIR HORA: 14H/16H LOCAL: ESPAÇO EXTERIOR					
TARDE	ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS CENTRO DE DIA HORA:14H – 15H SESSÃO DE SNOZELEN 16H –17H(sala)	ATIVIDADES DE APOIO AO QUOTIDIANO * (dobragem de compressas, execução de material de apoio à higiene oral, manicure, etc.) 14H –15H30 (sala de atividades) ATELIER DE ARTES PLÁSTICAS* 14H – 15H30 (Sala de atividades) *estas atividades alternam semanalmente	OFICINAS MULTIMÉDIA 14H –15H30 (sala de atividades)	SESSÃO DE CINEMA * 14H –15H30 (sala de atividades) MATINÉ DANÇANTE * 14H –15H30 (sala de convívio) *estas atividades alternam semanalmente ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS ERPI APARTAMENTOS 15H 15M– 16H30M	ATELIER DE ARTES PLÁSTICAS 14H –15H30 (sala de atividades) ANIMAÇÃO SENSORIAL E COGNTIVA 14H30 –15H30 (ala 1)

MATERIAL A ADQUIRIR - ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS

- Material de desgaste para a realização das atividades de expressão plástica e decoração do espaço físico;
- Animação lúdica e recreativa
  - Lenços coloridos;
  - Bolas ping-pong;
  - Jogos lúdicos.
- Submeter a candidatura de projeto SERIOUS GAME (atividades de estimulação) para de adquirir 4 kits de atividades de estimulação AGILIDADES + 16h de formação de capacitação de equipas para utilização terapêutica das atividades no valor a confirmar anualmente.
- Matiné dançante / dança sénior
  - Microfones sem fios + Áudio Profissional
  - Colunas amplificadas.

AÇÕES PARA O ANO 2027:

- ✓ Formação na área da Animação Sociocultural, centrados em jogos, tarefas, atividades práticas e dinâmicas de grupo, para a Animadora Sociocultural desenvolver com as/os colaboradoras/os. Dinâmicas práticas para ensinar a estes. Estas propostas podem ser utilizadas nas próprias formações para que estes experimentem as atividades antes de as realizarem com os utentes.
- ✓ Promover a realização de workshops e atividades dinamizados por familiares dos utentes que possuam conhecimentos, experiências ou competências em diferentes áreas, tais como culinária, artesanato, jardinagem, costura, música, dança e outras atividades de interesse. Estas iniciativas pretendem proporcionar momentos de aprendizagem, convívio e partilha de saberes, valorizando o papel das famílias e incentivando a sua participação ativa na vida da instituição.
- ✓ Acolhimento de aluno do 3.ªano de Licenciatura em Animação Socioeducativa da ESEC, desde fevereiro a maio de 2027.

FORMAÇÃO DE COLABORADORES

Realização de ações de formação e informação nas seguintes áreas:

- Primeiros Socorros e Suporte Básico de Vida;
- Primeiros Socorros em Contexto Infantil;
- Técnicas de Mobilização, Posicionamento e Transferência de Utentes;
- Higiene e Segurança Alimentar;
- Segurança e Prevenção de Riscos de Incêndio;
- Práticas Pedagógicas e Desenvolvimento Infantil;
- Organização e Dinamização de Atividades em Contexto Educativo;
- Ergonomia e Prevenção de Lesões Musculoesqueléticas;
- Cuidados de Higiene, Conforto e Bem-Estar da Pessoa Idosa;
- Segurança e Saúde no Trabalho;
- Cuidados e Técnicas de Apoio em Geriatria;
- Comunicação e Gestão de Conflitos em Contexto Institucional;
- Prevenção de Quedas e Promoção da Segurança dos Utentes;
- Humanização dos Cuidados e Atendimento aos Utentes e Famílias.

CENTRO DE DIA - LOUSÃ

- **CAPACIDADE:** 45
- **VAGAS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 45
- **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** 5 dias por semana, entre as 9h e as 17h30
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

O Centro de Dia presta os seguintes 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 atividade 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

O Centro de Dia assegura os seguintes serviços complementares:

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

O Centro de Dia poderá ainda prestar serviços extra, designadamente:

- Fornecimento da alimentação aos fins de semana e feriados;
- Fornecimento de produtos e dispositivos de incontinência;
- Fornecimento de produtos para a realização de cuidados de enfermagem na Instituição;
- Fornecimento de suplementos alimentares e espessante;
- Acompanhamento a consulta (início a 01.01.2027).

▪ ACÇÕES GERAIS PARA O ANO DE 2027

- Adaptação do espaço interior (sala de atividades), com mais um wc;
- Adaptação do espaço exterior (sala de atividades) – colocação de esplanada para os utentes;
- Aquisição de viaturas elétricas
- Iniciar Hidroginástica - parceria com a Câmara Municipal da Lousã – "Projeto Lousã A Mexer +";
- Implementação do Referencial Humanitude.

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO - SEDE

- **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 60
- **IDOSOS A ATENDER:** 55
- **IDOSOS INSCRITOS:** 0
- **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** Todos os dias, incluindo feriados e fins-de-semana, das 8h às 18h.
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- 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:
  - Acompanhamento social;
  - Acompanhamento psicológico no domicílio;
  - Atividades socioculturais;
  - Aquisição de bens e géneros alimentícios;
  - Pagamento de serviços;
  - Socialização e supervisão de preparação de medicação;
  - Socialização e supervisão de toma de medicação;
  - Deslocação a entidades da comunidade;
- Transporte;
- Enfermagem (prestar esclarecimentos e orientação telefónica no âmbito da enfermagem, com vista ao esclarecimento de dúvidas relacionadas com os cuidados de saúde e à orientação para os serviços de saúde adequados, sempre que necessário).

PSICOLOGIA

- Prosseguir nos dias úteis com a avaliação, intervenção e acompanhamento psicológico.
- Aquisição de material de estimulação cognitiva – ferramenta terapêutica – "Domínios cognitivos".
- Atividades a realizar:
  - Realizar avaliações psicológicas e proceder ao diagnóstico diferencial dos principais problemas clínicos;
  - Efetuar acompanhamento psicológico a todos os utentes que apresentem vulnerabilidade emocional e afetiva, perturbações comportamentais, ansiosas e depressivas, e todas as situações que o justifiquem;

- Minimizar perdas cognitivas e manter/melhorar as funções cognitivas existentes, através da realização de sessões de estimulação cognitiva individual e em pequenos grupos, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Incrementar a autoestima, fomentar a autonomia e reforçar a interação social;

▪ MEDIDAS PARA 2027

- Aquisição/renovação de material para acondicionamento de refeições;
- Aquisição de 6 tablets para estimulação cognitiva no domicílio (comum às respostas sociais de SAD Sede, SAD S. Miguel e Centro de Dia S. Miguel);
- Implementação de atividades ocupacionais no domicílio;
- Implementação do serviço de enfermagem aos utentes de Serviço de Apoio Domiciliário;
- Acompanhamento a consultas médicas na Lousã, em viatura da instituição;
- Alargamento de horário de atendimento nos dias úteis;
- Aquisição de tablets para as colaboradoras efetuarem os registos (software HEALTHi);
- Implementação do Referencial Humanitude;

CENTRO DE DIA S. MIGUEL

- **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 15
- **IDOSOS A ATENDER:** 10
- **IDOSOS INSCRITOS:** 0
- **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** Dias úteis, das 9h às 17h30
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, comunitárias, de motricidade e de estimulação cognitiva;
- Alimentação;
- Cuidados de higiene pessoal e imagem;
- Tratamento de roupa, de uso pessoal do utente;
- Transporte;
- Apoio nas atividades de vida diária e na aquisição de bens e serviços;
- Apoio na saúde;
- Acompanhamento a consultas / Exames complementares de diagnóstico na Lousã, em viatura da instituição;
- Acompanhamento social;
- Psicologia;
- Enfermagem (preparação de medicação na Sede da Instituição).
- Terapia Ocupacional;
- Aconselhamento de produtos de apoio/ajudas técnicas.

PSICOLOGIA

• Prosseguir nos dias úteis com a avaliação, intervenção e acompanhamento psicológico.

• Aquisição de material de estimulação cognitiva – ferramenta terapêutica – "Domínios cognitivos".

• Atividades a realizar:

- Realizar avaliações psicológicas e proceder ao diagnóstico diferencial dos principais problemas clínicos;
- Efetuar acompanhamento psicológico a todos os utentes que apresentem vulnerabilidade emocional e afetiva, perturbações comportamentais, ansiosas e depressivas, e todas as situações que o justifiquem;
- Minimizar perdas cognitivas e manter/melhorar as funções cognitivas existentes, através da realização de sessões de estimulação cognitiva individual e em pequenos grupos, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Realizar intervenção grupal, através de sessões de desenvolvimento psicossocial, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Incrementar a autoestima, fomentar a autonomia e reforçar a interação social;

▪ MEDIDAS PARA 2027

- Aquisição de um tablet para estimulação cognitiva no domicílio (comum às respostas sociais de SAD Sede, SAD S. Miguel e Centro de Dia S. Miguel);
- Conservação e manutenção das instalações do Centro de Dia.
- Implementação do serviço de enfermagem no Centro de Dia
- Implementação do Referencial Humanitude;
- Aquisição do seguinte material para atividades socioculturais:
  - Jogos didáticos (sequências, tabuleiro, mosaicos, padrões de imagem);
  - 1 Saco com instrumentos musicais;
  - 1 Kit de psicomotricidade;
  - 17 bolas;
  - 1 radio com Bluetooth
- Material a adquirir para a Terapia Ocupacional:
  - 1 pedaleira;
  - 1 Rebordo de prato;
  - 1 Patusca;
  - 1 coluna de som;
  - Jogos de estimulação cognitiva;

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO - S. MIGUEL

▪ **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 20

▪ **IDOSOS A ATENDER:** 12

▪ **IDOSOS INSCRITOS:** 0

▪ **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** De Segunda a Sexta-feira, das 8h30 às 17h. Aos Sábados e feriados das 8h30 às 14h.

▪ **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- 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:
  - Acompanhamento social;
  - Acompanhamento psicológico no domicílio;
  - Atividades socioculturais;
  - Aquisição de bens e géneros alimentícios;
  - Pagamento de serviços;
  - Socialização e supervisão de preparação de medicação;
  - Socialização e supervisão de toma de medicação;
  - Deslocação a entidades da comunidade;
- Transporte;
- Acompanhamento a consultas / Exames complementares de diagnóstico na Lousã, em viatura da instituição;
- Enfermagem (prestar esclarecimentos e orientação telefónica no âmbito da enfermagem, com vista ao esclarecimento de dúvidas relacionadas com os cuidados de saúde e à orientação para os serviços de saúde adequados, sempre que necessário).

PSICOLOGIA

• Prosseguir nos dias úteis com a avaliação, intervenção e acompanhamento psicológico.

• Aquisição de material de estimulação cognitiva – ferramenta terapêutica – "Domínios cognitivos".

• Atividades a realizar:

- Realizar avaliações psicológicas e proceder ao diagnóstico diferencial dos principais problemas clínicos;
- Efetuar acompanhamento psicológico a todos os utentes que apresentem vulnerabilidade emocional e afetiva, perturbações comportamentais, ansiosas e depressivas, e todas as situações que o justifiquem;

- Minimizar perdas cognitivas e manter/melhorar as funções cognitivas existentes, através da realização de sessões de estimulação cognitiva individual e em pequenos grupos, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Incrementar a autoestima, fomentar a autonomia e reforçar a interação social;

▪ MEDIDAS PARA 2027

- Aquisição/renovação de material para acondicionamento de refeições;

- Aquisição de um tablet para estimulação cognitiva no domicílio (comum às respostas sociais de SAD Sede, SAD S. Miguel e Centro de Dia S. Miguel);

- Implementação de atividades ocupacionais no domicílio;

- Alargamento do atendimento e da prestação de cuidados aos fins de semana e feriados.

- Implementação do Referencial Humanitude;

CANTINAS SOCIAIS

▪ Nº REFEIÇÕES COM ACORDO DE COOPERAÇÃO: 10/DIA

Atualmente prevê-se a continuidade do fornecimento de 8 refeições diárias, esta resposta social irá ter continuidade no ano de 2027 pressupondo uma avaliação objetiva das condições dos agregados familiares sobre os quais subsistam situações de carência alimentar associada à ausência de condições para a confeção de alimentos.

PROGRAMA OPERACIONAL DE APOIO ÀS PESSOAS MAIS CARENCIADAS

▪ Nº DE BENEFICIÁRIOS: 36

Em 2027 encontrar-se-á em vigor o Programa *"Medida – Distribuição direta de géneros alimentares e/ou bens de primeira necessidade e medidas de acompanhamento"*, o qual pretende ser 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.

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 das políticas públicas existentes.

Este Programa apresenta uma ótica de complementaridade com a resposta de Cantinas Sociais, na promoção da cobertura das necessidades alimentares do público-alvo.

ERPI APARTAMENTOS 1

- **CAPACIDADE:** 7
- **UTENTES ADMITIDOS: 7**
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Alojamento
- Alimentação adequada às necessidades do utente, respeitando as prescrições médicas e/ou da nutricionista
- Cuidados de higiene pessoal, de 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, nomeadamente:
  - Sessões de atividade física 1X/semana
  - Sessões de expressão musical 1X/semana
  - Ateliers de artes plásticas
  - Atividades ocupacionais e de convívio e lazer, a realizar no interior e exterior da ERPI, respeitando a capacidade e interesse dos utentes
  - Passeios / Excursões
  - Intercâmbios Institucionais
- Apoio no desempenho das atividades da vida diária
- Cuidados de saúde – médicos e de enfermagem (engloba a administração de fármacos por via intramuscular ou subcutânea, na presença de prescrição médica)
- Fisioterapia / Ajudas técnicas
- Acompanhamento a consultas / exames complementares de diagnóstico
- Psicologia / Apoio psicossocial, facilitador do equilíbrio e bem-estar
- Acompanhamento social
- Assistência religiosa e espiritual
- Terapia Ocupacional

A ERPI Apartamentos 1 pode, ainda, disponibilizar outro tipo de serviços não abrangidos pela mensalidade:

- Fornecimento de produtos e dispositivos de incontinência (fraldas, cuecas-fralda, pensos, sondas vesicais);

- Fornecimento de produtos para realização de cuidados de enfermagem, nomeadamente, apósitos para tratamento de feridas, dispositivos de alimentação (sondas nasogástricas) e função respiratória (sondas de aspiração e máscaras de nebulização);
- Fornecimento de suplementos alimentares e espessante;
- Serviço de cabeleireiro, manicure e pédicure.

▪ ÁREAS DE INTERVENÇÃO

MÉDICO

• Prosseguir com o atendimento do Médico da Instituição, sempre que solicitado/necessário.

ENFERMAGEM

- Assegurar a intervenção diária de enfermagem, de acordo com as necessidades individuais de cada utente, incluindo a avaliação do estado de saúde, a prestação de cuidados necessários e a atuação perante situações urgentes, no período compreendido entre as 8h00 e as 20h00;
- Promover a formação contínua dos colaboradores da ERPI 1, nomeadamente ajudantes de lar, sobre temáticas relacionadas com a saúde e os cuidados a prestar aos utentes;
- Desenvolver ações de educação para a saúde e de sensibilização dirigidas aos utentes, abordando temas relevantes para a promoção da saúde, a prevenção da doença e a melhoria da qualidade de vida;
- Elaborar, implementar e atualizar planos de cuidados de enfermagem individualizados, adequados às necessidades, ao grau de dependência e à condição clínica de cada utente;
- Assegurar a gestão, o controlo e a reposição do material clínico necessário à prestação de cuidados de enfermagem;
- Elaborar e atualizar protocolos, no âmbito da enfermagem, que promovam a segurança dos utentes e a adoção de boas práticas, incluindo orientações para os períodos em que não se encontre presente um profissional de enfermagem, respeitando os limites das competências dos restantes colaboradores;
- Acompanhar as necessidades alimentares dos utentes, tendo em consideração o seu estado de saúde e eventuais restrições alimentares, em articulação com o médico assistente e a nutricionista, sempre que necessário;
- Supervisionar os cuidados de saúde prestados aos utentes e proceder à avaliação periódica do seu grau de dependência, de modo a documentar a evolução da autonomia funcional da população idosa residente na ERPI 1.

FISIOTERAPIA

• Manutenção dos serviços:

- Garantir o atendimento diário de fisioterapia, de segunda a sexta-feira;
- Assegurar a continuidade do processo de candidatura de CEI/CEI+ da auxiliar de fisioterapia Mónica Cerejeiras.

• Material a adquirir:

Equipamentos de ajudas técnicas:

- 1 Cadeira de rodas de transporte;
- 2 Cadeira de banhos;
- 2 bancos de duche;
- 2 elevadores de sanita;
- 1 arrastadeira;
- 2 proteções para grades;
- 10 almofadas de posicionamento;
- 4 almofadas de posicionamento em formato de "S"
- 2 cintos - pélvicos e abdominais;

Equipamento/material de fisioterapia

- 1 pedaleira manual;
- 4 halteres de diferentes pesos;
- 4 therabands;
- Creme de massagem, com características adequadas à prática da fisioterapia.

• Atividades a realizar:

- Planeamento e implementação - elaborar e aplicar planos de intervenção individualizados para cada utente, tendo em conta as necessidades específicas de prevenção, habilitação e reabilitação, com o objetivo de manter ou restaurar o movimento e a capacidade funcional, promovendo a reabilitação da condição clínica.

- Avaliação e tratamento - realizar avaliações e tratamentos personalizados, adaptados à condição clínica de cada utente, definindo a periodicidade e o grau de urgência de cada intervenção.

- Sessões em grupo - manter as sessões de fisioterapia em grupo, realizadas semanalmente, com o objetivo de restaurar a capacidade de movimento, melhorar o equilíbrio e aperfeiçoar a coordenação motora.

- Gestão de material - efetuar a gestão do material de ajudas técnicas, incluindo o levantamento das necessidades, bem como a implementação e o ensino da correta utilização dos equipamentos junto dos utentes e colaboradoras.

- Formação interna - dar continuidade às ações de formação dirigidas às colaboradoras, no âmbito da fisioterapia.

PSICOLOGIA

• Prosseguir nos dias úteis com a avaliação, intervenção e acompanhamento psicológico.

• Aquisição de material de estimulação cognitiva – ferramenta terapêutica – "Domínios cognitivos".

• Atividades a realizar:

- Realizar avaliações psicológicas e proceder ao diagnóstico diferencial dos principais problemas clínicos;

- Efetuar acompanhamento psicológico a todos os utentes que apresentem vulnerabilidade emocional e afetiva, perturbações comportamentais, ansiosas e depressivas, e todas as situações que o justifiquem;

- Minimizar perdas cognitivas e manter/melhorar as funções cognitivas existentes, através da realização de sessões de estimulação cognitiva individual e em pequenos grupos, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Realizar intervenção grupal, através de sessões de desenvolvimento psicossocial, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Incrementar a autoestima, fomentar a autonomia e reforçar a interação social;

Terapia Ocupacional

Intervenção de terapia ocupacional:

-Avaliação e efetuar uma intervenção direcionada a cada utente, de acordo, com as suas necessidades e limitações;

-Promover o treino das atividades básicas de vida diária;

-Promover a estimulação das funções cognitivas;

-Estimulação sensorial;

-Promover uma melhoria/manutenção das capacidades motoras e cognitivas existentes;

-Promover uma melhoria/manutenção da capacidade funcional;

-Sessões de movimento/psicomotricidade e motricidade grossa e fina – individuais e em grupo;

- Promover o relaxamento físico e mental - snoezelen

-Aconselhamento de produtos de apoio, de forma, a facilitar o desempenho nas tarefas;

-Aconselhamento de estratégias de segurança e prevenção de quedas;

-Formação interna dirigidas às colaboradoras;

Material a adquirir:

-Equipamentos de ajudas técnicas (2 copos adaptados, 2 colheres com ângulo; 2 engrossador de cabo, 2 rebordos de prato, 5 esponjas de banho);

-Material direcionado para as sessões de movimento/psicomotricidade (1 pedaleira, balões);

▪ AÇÕES GERAIS PARA O ANO DE 2027

- Colocação de barras e perfis de proteção nas paredes devido a cadeira de rodas;
- 1 Cadeira de rodas de transferência, medidas pequenas para poder caber no elevador;
- 1 Cadeira de banhos;
- 2 cintos de contenção (1 pélvicos, 1 de cama geriátrica);
- 5 almofadas de posicionamento;
- 1 almofada de cadeira de rodas de gel com memória (anti escaras);
- Implementação do Referencial Humanitude;
- Aquisição de 2 colchões de pressão alterna;
- Aquisição de 2 pares de calcanheiras de proteção;
- Aquisição de armário de pequenas dimensões para armazenamento de material clínico e reorganização de sala para tratamentos de enfermagem.

ERPI APARTAMENTOS 2

- **CAPACIDADE:** 7
- **UTENTES ADMITIDOS: 7**
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Alojamento
- Alimentação adequada às necessidades do utente, respeitando as prescrições médicas e/ou da nutricionista
- Cuidados de higiene pessoal, de 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, nomeadamente:
  - Sessões de atividade física 1X/semana
  - Sessões de expressão musical 1X/semana
  - Ateliers de artes plásticas
  - Atividades ocupacionais e de convívio e lazer, a realizar no interior e exterior da ERPI, respeitando a capacidade e interesse dos utentes
  - Passeios / Excursões
  - Intercâmbios Institucionais
- Apoio no desempenho das atividades da vida diária
- Cuidados de saúde – médicos e de enfermagem (engloba a administração de fármacos por via intramuscular ou subcutânea, na presença de prescrição médica)
- Fisioterapia / Ajudas técnicas
- Acompanhamento a consultas / exames complementares de diagnóstico
- Psicologia / Apoio psicossocial, facilitador do equilíbrio e bem-estar
- Acompanhamento social
- Assistência religiosa e espiritual
- Terapia Ocupacional

A ERPI Apartamentos 1 pode, ainda, disponibilizar outro tipo de serviços não abrangidos pela mensalidade:

- Fornecimento de produtos e dispositivos de incontinência (fraldas, cuecas-fralda, pensos, sondas vesicais);

- Fornecimento de produtos para realização de cuidados de enfermagem, nomeadamente, apósitos para tratamento de feridas, dispositivos de alimentação (sondas nasogástricas) e função respiratória (sondas de aspiração e máscaras de nebulização);
- Fornecimento de suplementos alimentares e espessante;
- Serviço de cabeleireiro, manicure e pédicure.

▪ ÁREAS DE INTERVENÇÃO

MÉDICO

• Prosseguir com o atendimento do Médico da Instituição, sempre que solicitado/necessário.

ENFERMAGEM

- Assegurar a intervenção diária de enfermagem, de acordo com as necessidades individuais de cada utente, incluindo a avaliação do estado de saúde, a prestação de cuidados necessários e a atuação perante situações urgentes, no período compreendido entre as 8h00 e as 20h00;
- Promover a formação contínua dos colaboradores da ERPI 2, nomeadamente ajudantes de lar, sobre temáticas relacionadas com a saúde e os cuidados a prestar aos utentes;
- Desenvolver ações de educação para a saúde e de sensibilização dirigidas aos utentes, abordando temas relevantes para a promoção da saúde, a prevenção da doença e a melhoria da qualidade de vida;
- Elaborar, implementar e atualizar planos de cuidados de enfermagem individualizados, adequados às necessidades, ao grau de dependência e à condição clínica de cada utente;
- Assegurar a gestão, o controlo e a reposição do material clínico necessário à prestação de cuidados de enfermagem;
- Elaborar e atualizar protocolos, no âmbito da enfermagem, que promovam a segurança dos utentes e a adoção de boas práticas, incluindo orientações para os períodos em que não se encontre presente um profissional de enfermagem, respeitando os limites das competências dos restantes colaboradores;
- Acompanhar as necessidades alimentares dos utentes, tendo em consideração o seu estado de saúde e eventuais restrições alimentares, em articulação com o médico assistente e a nutricionista, sempre que necessário;
- Supervisionar os cuidados de saúde prestados aos utentes e proceder à avaliação periódica do seu grau de dependência, de modo a documentar a evolução da autonomia funcional da população idosa residente na ERPI 2.

FISIOTERAPIA

• **Manutenção dos serviços:**

- Garantir o atendimento diário de fisioterapia, de segunda a sexta-feira;

- Assegurar a continuidade do processo de candidatura de CEI/CEI+ da auxiliar de fisioterapia Mónica Cerejeiras.

• **Material a adquirir:**

Equipamentos de ajudas técnicas:

- 1 Cadeira de rodas de transporte;
- 2 Cadeira de banhos;
- 2 bancos de duche;
- 2 elevadores de sanita;
- 1 arrastadeira;
- 2 proteções para grades;
- 10 almofadas de posicionamento;
- 4 almofadas de posicionamento em formato de "S"
- 2 cintos - pélvicos e abdominais;

Equipamento/material de fisioterapia

- 1 pedaleira manual;
- 4 halteres de diferentes pesos;
- 4 therabands;
- Creme de massagem, com características adequadas à prática da fisioterapia.

• **Atividades a realizar**:

- Planeamento e implementação - elaborar e aplicar planos de intervenção individualizados para cada utente, tendo em conta as necessidades específicas de prevenção, habilitação e reabilitação, com o objetivo de manter ou restaurar o movimento e a capacidade funcional, promovendo a reabilitação da condição clínica.

- Avaliação e tratamento - realizar avaliações e tratamentos personalizados, adaptados à condição clínica de cada utente, definindo a periodicidade e o grau de urgência de cada intervenção.

- Sessões em grupo - manter as sessões de fisioterapia em grupo, realizadas semanalmente, com o objetivo de restaurar a capacidade de movimento, melhorar o equilíbrio e aperfeiçoar a coordenação motora.

- Gestão de material - efetuar a gestão do material de ajudas técnicas, incluindo o levantamento das necessidades, bem como a implementação e o ensino da correta utilização dos equipamentos junto dos utentes e colaboradoras.

- Formação interna - dar continuidade às ações de formação dirigidas às colaboradoras, no âmbito da fisioterapia.

PSICOLOGIA

• Prosseguir nos dias úteis com a avaliação, intervenção e acompanhamento psicológico.

• Aquisição de material de estimulação cognitiva – ferramenta terapêutica – "Domínios cognitivos".

• Atividades a realizar:

- Realizar avaliações psicológicas e proceder ao diagnóstico diferencial dos principais problemas clínicos;

- Efetuar acompanhamento psicológico a todos os utentes que apresentem vulnerabilidade emocional e afetiva, perturbações comportamentais, ansiosas e depressivas, e todas as situações que o justifiquem;

- Minimizar perdas cognitivas e manter/melhorar as funções cognitivas existentes, através da realização de sessões de estimulação cognitiva individual e em pequenos grupos, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Realizar intervenção grupal, através de sessões de desenvolvimento psicossocial, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;

- Incrementar a autoestima, fomentar a autonomia e reforçar a interação social;

Terapia Ocupacional

Intervenção de terapia ocupacional:

-Avaliação e efetuar uma intervenção direcionada a cada utente, de acordo, com as suas necessidades e limitações;

-Promover o treino das atividades básicas de vida diária;

-Promover a estimulação das funções cognitivas;

-Estimulação sensorial;

-Promover uma melhoria/manutenção das capacidades motoras e cognitivas existentes;

-Promover uma melhoria/manutenção da capacidade funcional;

-Sessões de movimento/psicomotricidade e motricidade grossa e fina – individuais e em grupo;

- Promover o relaxamento físico e mental - snoezelen

-Aconselhamento de produtos de apoio, de forma, a facilitar o desempenho nas tarefas;

-Aconselhamento de estratégias de segurança e prevenção de quedas;

-Formação interna dirigidas às colaboradoras;

Material a adquirir:

-Equipamentos de ajudas técnicas (2 copos adaptados, 2 colheres com ângulo; 2 engrossador de cabo, 2 rebordos de prato, 5 esponjas de banho);

-Material direcionado para as sessões de movimento/psicomotricidade (balões, rolos de piscina);

▪ AÇÕES GERAIS PARA O ANO DE 2027

- Colocação de barras e perfis de proteção nas paredes devido a cadeira de rodas;
- 1 Cadeira de rodas de transferência, medidas pequenas para poder caber no elevador;
- 1 Cadeira de banhos;
- 2 cintos de contenção (1 pélvicos, 1 de cama geriátrica);
- 5 almofadas de posicionamento;
- 1 almofada de cadeira de rodas de gel com memória (anti escaras);
- Implementação do Referencial Humanitude;
- Aquisição de 2 colchões de pressão alterna;
- Aquisição de 2 pares de calcanheiras de proteção;
- Aquisição de armário de pequenas dimensões para armazenamento de material clínico e reorganização de sala para tratamentos de enfermagem.

CRECHE I

1. Horário de Funcionamento

A Creche funciona das 7h 30m às 18h 45m.

1.2 Frequência

Bebés - 10

Aquisição da marcha - 26

Grandes - 30

1.3 Crianças em Lista de Espera

Crianças nascidas em 2026 - 26

2. PROJECTO EDUCATIVO "Espalhar Sorrisos"

A implementação e desenvolvimento deste projeto será importante e precioso na educação de valores. Num mundo onde as conexões humanas são frequentemente mediadas por ecrãs e distâncias, a interação entre diferentes gerações, especialmente entre crianças e idosos, assume um papel crucial.

Esta conexão, rica em troca de experiências, sabedoria e energia, pode trazer benefícios significativos para ambos os grupos.

2.1 Objetivos

- Promoção da empatia e valores
- Desenvolvimento de uma compreensão mais profunda do ciclo da vida e do respeito pelos mais velhos. ...
- Redução do isolamento social em idosos ...
- Aprendizagens mútuas ...
- Benefícios para a saúde mental e emocional de ambos ...
- Promoção de uma sociedade mais inclusiva e solidária ...
- Desenvolvimento de habilidades de comunicação ...

3. Propostas

- Equipamentos para o parque infantil
- Aquisição de uma caixa de areia

CRECHE II

1. Horário de Funcionamento

A Creche funciona das 7h 30m às 18h 45m.

1.2 Frequência

Bebés - 10

Médios - 26

Grandes - 30

1.3 Crianças em Lista de Espera

Crianças nascidas em 2026- 26

2. PROJECTO EDUCATIVO "Espalhar Sorrisos"

A implementação e desenvolvimento deste projeto será importante e precioso na educação de valores. Num mundo onde as conexões humanas são frequentemente mediadas por ecrãs e distâncias, a interação entre diferentes gerações, especialmente entre crianças e idosos, assume um papel crucial.

Esta conexão, rica em troca de experiências, sabedoria e energia, pode trazer benefícios significativos para ambos os grupos.

2.1 Objetivos

- Promoção da empatia e valores
- Desenvolvimento de uma compreensão mais profunda do ciclo da vida e do respeito pelos mais velhos. ...
- Redução do isolamento social em idosos ...
- Aprendizagens mútuas ...
- Benefícios para a saúde mental e emocional de ambos ...
- Promoção de uma sociedade mais inclusiva e solidária ...
- Desenvolvimento de habilidades de comunicação ...

3. Propostas

- Casa de banho do parque infantil – ampliação e colocação de uma banca de mudas e substituição da sanita por uma adequada ao tamanho das crianças

- Reparação e manutenção do espaço exterior das traseiras creche.

OBRAS

- ✓ Manutenção e conservação de todos os edifícios
- ✓ Conclusão da obra de remodelação do 1 ª piso
- ✓ Remodelação do refeitório da Creche1
- ✓ Reestruturação do espaço da antiga lavandaria para as oficinas
- ✓ Remodelação total do Apart. 14

PATRIMÓNIO DO ABRASIL

- ✓ As conversas/negociações continuam para que se encontre uma solução, que passará pela **venda.** Em discussão a minuta de compra e venda com investidor interessado.

ORÇAMENTO

Santa Casa da Misericórdia da Lousã

Previsão de gastos

Euros

Conta	Descrição	Valor	Sub-totais
61	Custo Mercad vend e mat consumidas	369 650,44	
62	Fornecimentos e serviços externos	590 962,14	
63	Gastos com pessoal	2 952 632,07	
64	Gastos de depreciações e de amort	234 940,39	
68	Outros Gastos	15 214,06	
69	Gastos de financiamento	32 911,24	
	Total Gastos	4 196 310,34	

Previsão de receitas

Euros

Conta	Descrição	Valor	Sub-totais
71	Vendas	42 790,03	
72	Prestação de serviços		1 561 561,08
721	Mensalidades e matriculas	1 558 141,08	
722	Quotas e jóias	3 420,00	
75	Subsídios, Doações e legados à explor		2 255 363,90
7511	ISS IP	2 236 824,69	
7512	Subsídios de outras entidades públicas	18 539,21	
78	Outros rendimentos		321 765,74
781	Rend. Suplementares - Aluguer equip.	1 173,00	
782	Descontos pronto pagamento obtidos	1 512,38	
787	Rend. e ganhos em invest. não financ (rendas)	177 211,55	
788	Imp. Subsídios investimento, IRS e outros	141 868,81	
79	Juros e outros rendimentos	3 834,46	
	Total Proveitos	4 185 315,21	

Proveitos – Gastos -10 995,13

Aprovado em reunião da Mesa Administrativa de 16.11.2026

A MESA ADMINISTRATIVA,

