



PLANO DE AÇÃO 2022

Centro dos Reformados e Idosos da Baixa
da Banheira



Rua da Amizade, 73 2835-180 Baixa da Banheira
Telefone: +351 212 040 271
Correio eletrónico: geral@cribb.pt
www.cribb.pt

Mensagem da Direção

Caro/a Sócio/a

Ao longo do último ano e meio temos vindo a lidar com a realidade de uma pandemia devido à doença causada pelo vírus COVID-19. Ao longo de 2020 e 2021 o país passou pelo estado de emergência, de calamidade e de contingência. Foram fechadas e reabertas as creches, fechou-se e reabriu os Centros de Dia, todas as atividades de grupo e compromissos previstos tiveram de ser canceladas ou adiadas.

Desde a primeira hora que respeitámos as recomendações das autoridades de saúde e implementámos planos de contingência com medidas exigentes de segurança e proteção para salvaguardar a saúde dos utentes dos vários serviços, mas também dos nossos trabalhadores, quer ao nível da nossa creche, instalações, viaturas e também em casa junto dos nossos utentes de Centro de Dia e apoio domiciliário.

A prioridade passou, e bem, a ser o salvaguardar da saúde de todos, em particular dos mais idosos e demais membros de grupos de risco, bem como dos nossos trabalhadores. Todo o esforço realizado, principalmente dos nossos trabalhadores (Temos uma equipa fantástica) com o seu enorme empenho, profissionalismo e dedicação para prestarmos os nossos serviços diários deu resultados e foram muitos poucos os casos ocorridos e fora da instituição, por isso queremos destacar e elogiar o esforço coletivo que foi e continua a ser feito e que assim irá continuar.

Ao longo deste ano e meio a Pandemia, felizmente, evoluiu positivamente graças a muitos e diversos esforços realizadas nomeadamente a vacinação, mas ainda continua a ser uma realidade presente nas nossas vidas e na nossa saúde.

Desde a primeira hora que o CRIBB na pessoa dos seus dirigentes e trabalhadores sempre deu a importância devida à segurança dos trabalhadores e dos seus utentes desde os mais pequenos aos mais seniores e assim iremos manter no novo ano que se avizinha.

As autoridades creem que o pior já passou e que a vacinação de toda a população idosa e de quase 90% da população é uma mais valia enorme no controlo da pandemia.

Regras exigentes que outrora conhecemos caíram e o nosso dia a dia vem ganhando de alguma normalidade possível.

Queremos acreditar que a realidade muito complexa e complicada que vivenciamos no último ano e meio evoluiu positivamente e que o próximo ano já permitirá que algumas das atividades que tanto gostamos possam ser novamente realizadas, naturalmente com os devidos cuidados de proteção e segurança.

É com base neste pressuposto que esta proposta de Plano de Ação foi elaborada sabendo que algum retrocesso na realidade atual do país e do mundo (pois tem reflexos inevitáveis no nosso país) pode ainda ocorrer e isso colocar em causa muito do que aqui propomos.

Estamos certos de que com as competências e capacidade de trabalho dos nossos trabalhadores e dirigentes tudo faremos para continuar a satisfazer as necessidades dos nossos utentes, trabalhadores, sócios e comunidade nos diversos níveis de intervenção e no respeito da segurança e da saúde de todos os envolvidos para que juntos, uma vez mais, possamos dar prova da nossa enorme capacidade de superação de desafios e regressar com as nossas atividades diversas para trabalhadores utentes, sócios e comunidade.

Cada um de nós faz a diferença, mas somente juntos conseguiremos ultrapassar esta realidade. Juntos somos mais fortes!

Introdução

De acordo com os Estatutos e o Regulamento Geral Interno do nosso CRIBB é obrigação (e bem) da Direção do CRIBB no último trimestre de cada ano apresentar aos seus sócios a sua proposta de visão e estratégia para o ano seguinte traduzida num documento de grande importância designado por Plano de Ação o qual é devidamente alicerçado na respetiva Proposta Orçamental.

Estes documentos que são desenvolvidos sob a orientação da Direção da instituição, contam com contributos de órgãos, trabalhadores e sócios recolhidas ao longo de todo o ano, em reuniões, assembleias, contactos e conversas e são fundamentais para o bom desempenho do nosso CRIBB.

Como já deu para perceber, as propostas de Plano de Ação e Orçamento para o ano de 2022 - PAO'22, são de elevada importância para a boa gestão do nosso CRIBB, pois definem não somente a estratégico, como as propostas de orientação para a sua concretização traduzido num todo trabalho a realizar no próximo ano. Este trabalho só é possível com o devido orçamento de suporte, o qual é preparado com a devida atenção às necessidades de trabalhadores, utentes, sócios e comunidade passando pelas necessárias despesas, mas também investimentos a procura da melhoria das condições quer da realização do trabalho, bem como da prestação dos serviços em termos da Instituição que presta à comunidade em que se encontra integrada.

É nesta base que os órgãos irão orientar-se ao longo do próximo ano para realizar todo um trabalho de elevada relevância em prol do funcionamento da instituição em geral salvaguardando a sua necessária sustentabilidade financeira, para manter a sua existência e poder apostar em projetos importantes.

No entanto, o próximo ano de 2022 ainda não será um ano de total normalidade e vamos continuar a ter de lidar em várias frentes com a pandemia. Mesmo assim, há que

trabalhar dentro das regras de segurança para recuperarmos a “normalidade” possível em prol dos nossos utentes de todos os serviços.

Desconhecemos como esta realidade vai evoluir, mas como partilhado anteriormente acreditamos nas autoridades e que os condicionantes com que vivemos no último ano e meio serão aliviadas e possamos retomar parte significativa do trabalho que fazemos a vários níveis internamente e externamente, e principalmente como o fazemos; bem como limita os projetos em sede de parceria com outras entidades, a comunidade em si e consequentemente compromissos em sede destes importantes documentos orientadores.

Sem um conhecimento pleno e objetivo de como é que esta pandemia irá desenvolver-se, a Direção, numa posição positiva, mas algo conservadora, irá apresentar e desenvolver nas próximas páginas um conjunto de propostas onde colocou todo o seu empenho, rigor e espírito de inovação em prol do CRIBB. Mas num espírito crítico, realista e acima de tudo mantendo como um dos critérios basilares a salvaguarda da segurança e saúde para trabalhadores, utentes e sócios.

Assim, a Direção optou por incluir (mesmo que com os devidos condicionalismos) iniciativas e projetos que têm caracterizado muito da atuação da nossa instituição nos últimos anos e que em 2020 e 2021 não foi possível realizar.

Não deixa de também ser relevante destacar nestes tempos que atravessamos o sentido de responsabilidade que utentes, trabalhadores e sócios têm tidos para com a instituição que, entre outros motivos, resulta do espírito de solidariedade e entreajuda que a Direção sempre fez questão que existisse e que vai continuar a promover. Pois só com a união e o contributo de todos, sem exceção, o CRIBB conseguirá cumprir adequadamente o objetivo da sua existência e desejo de todos: servir a comunidade a diversos níveis, contribuindo para o seu bem-estar e desenvolvimento.

O presente, mas acima de tudo o futuro da instituição perante a realidade que ainda atravessamos depende, e muito, do trabalho que venha a ser realizado de forma estruturante quer ao nível de serviços e respostas de modo a continuar a garantir a necessária existência de novos, modernos e dinâmicos serviços ao cuidado dos seus sócios e utentes.

Apesar da realidade que ainda enfrentamos, a Direção continua apostada nos necessários investimentos a realizar em prol da melhoria das condições de trabalho para os nossos trabalhadores e também das condições para os nossos utentes e sócios, continuando a apostar na prestação de um serviço de qualidade dedicado aos associados e empenhado no bem-estar dos nossos utentes, desde os mais pequenos aos mais seniores, sem deixar de sonhar com o amanhã, com os novos projetos. Um desses projetos é a criação de um novo serviço em prol dos nossos utentes, sócios e a comunidade – Equipamento Residencial para Idosos – ERPI (o serviço de Lar), em que em 2020 foi possível dar passos significativos em termos de cedência de terreno por parte da Camara Municipal da Moita, elaboração do projeto arquitetónico e a submissão de uma candidatura na procura do necessário financiamento e para a qual aguardamos resposta. Este é um sonho com 46 anos dos sócios fundadores que queremos concretizar não somente por tal, mas porque que a realidade de hoje torna este equipamento mais necessário do que nunca para a nossa comunidade infelizmente bastante envelhecida e com escassas alternativas na Freguesia e Concelho.

É este o espírito que verão traduzido nas páginas se seguem. É importante destacar com transparência e frontalidade, e sem qualquer tipo de tabus, que é um Plano de Ação e Orçamento previsional que traduzem linhas orientadoras de trabalho, propostas, compromissos que não ignorado alguma incerteza inerente a uma realidade de uma pandemia que ainda vivemos.

É neste âmbito que propomos que os trabalhos a realizar no próximo ano assentes essencialmente nos seguintes Eixos Estratégicos:

1. Reforçar, consolidar e diversificar a aposta na melhoria da qualidade das respostas sociais
2. Reforçar, consolidar e diversificar a aposta na melhoria da qualidade dos serviços prestados
3. Reforçar dinâmicas, iniciativas e benefícios direcionados para os sócios (utentes e não utentes)
4. Diversificar as fontes de receitas
5. Reforçar os laços com a comunidade
6. Reforçar a comunicação externa
7. Reforçar a capacitação dos recursos humanos
8. Avaliação do Orçamento para 2022

É com base nestes Eixos Estratégicos, procurando sempre novos desafios, novos projetos, alicerçados no que o CRIBB tem de melhor – as suas gentes, os seus trabalhadores, os seus idosos e as suas crianças que o trabalho deve ser realizado no dia-a-dia nos importantes serviços prestados de: Apoio Domiciliário e Centro de Dia aos seus idosos; Creche às suas crianças; Cantina Social e POAPMC a quem perdeu o que de mais importante e básico à vida e em todas as vertentes envolvidas.

Tem sido com este espírito que ao longo das últimas décadas fizeram do CRIBB a grande instituição de solidariedade social que é hoje na freguesia, concelho e distrito e vamos trabalhar para que assim continue para levarmos o CRIBB para o Futuro que merece e que todos nós desejamos e ambicionamos.

Missão

Desenvolver estruturas sociais de suporte ao cidadão e famílias, que promovam o seu bem-estar e desenvolvimento nas diferentes fases do ciclo de vida contribuindo para a coesão social da Vila da Baixa da Banheira e da região envolvente.

Visão

Ser uma instituição reconhecida pelo elevado padrão de qualidade dos serviços de apoio prestados à comunidade, tendo por base o integral respeito pela dignidade humana e o desenvolvimento biopsicossocial.

Valores

Liberdade

Igualdade

Solidariedade

Humanismo

Confiança

Responsabilidade

Qualidade

Rigor

Compromissos

Parceiros, Desenvolver relações estáveis

Comunidade, Promover o bem-estar

Colaboradores, Motivar e Desenvolver potencial

Utentes e Sócios, Compreender e satisfazer as suas necessidades

Corpos Sociais Quadriénio 2020/2023

Mesa da Assembleia Geral

Presidente: Luís Coelho

1º Secretário: Daniel Justo

2º Secretário: António Beliz

Direção

Presidente: José Capelo

Vice-Presidente: Miguel Jorge

Tesoureiro: Luís Cerqueira

Secretária: Adelina Almeida

Vogal: Esperança Mouquinho

Conselho Fiscal

Presidente: Arlindo Andrade

1º Vogal: Susana Lopes

2º Vogal: Manuel Capelo

1- Consolidar e diversificar a aposta na melhoria da qualidade das respostas sociais

CENTRO DE DIA

No ano de 2020 e parte de 2021 este serviço foi comprometido devido à pandemia, mas graças à evolução da mesma e principalmente ao processo intensivo de vacinação, em particular dos mais idosos, foi possível reabrir e voltar, com a devida segurança, a dinâmicas semelhantes que já existiam antes e muito importantes para os nossos utentes. Decidimos apostar em 2022 numa abordagem de esperança e na procura da normalidade possível em prol do bem-estar dos nossos utentes, não esquecendo este enquadramento pandémico que ainda subsiste. É com este pensamento positivo para 2022 que desenvolvemos este importante ponto.

O Centro de dia é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados, a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.

Esta resposta contribui para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar e na comunidade onde se inserem, disponibilizando um conjunto de serviços que satisfazem as necessidades básicas dos utentes, presta apoio psicossocial, fomenta as relações interpessoais e evita o isolamento.

As atividades desenvolvidas premeiam a prevenção, estimulação e manutenção das capacidades físicas, mentais, cognitivas e relacionais contribuindo para a melhoria da qualidade de vida.

São objetivos gerais do centro de dia:

- a) Fomentar a permanência do idoso no seu meio natural de vida;
- b) Proporcionar serviços adequados às necessidades biopsicossociais das pessoas idosas;
- c) Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;
- d) Promover a dignidade da pessoa e oportunidades para a estimulação da memória, do respeito pela história, cultura, e espiritualidade pessoais e pelas suas reminiscências e vontades conscientemente expressas;
- e) Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
- f) Promover o aproveitamento de oportunidades para a saúde, participação e segurança e no acesso à continuidade de aprendizagem ao longo da vida e o contacto com novas tecnologias úteis;
- g) Prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;
- h) Promover estratégias de manutenção e reforço da funcionalidade, autonomia e independência, do autocuidado e da autoestima e oportunidades para a mobilidade e atividade regular, tendo em atenção o estado de saúde e recomendações médicas de cada pessoa;
- i) Promover um ambiente de segurança física e afetiva, prevenir os acidentes, as quedas, os problemas com medicamentos, o isolamento e qualquer forma de mau trato;
- j) Promover a interação com ambientes estimulantes, promovendo as capacidades, a quebra da rotina e a manutenção do gosto pela vida;
- k) Promover os contactos sociais e potenciar a integração social;
- l) Proporcionar um ambiente inclusivo que fomente relações interpessoais;
- m) Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- n) Promover o envolvimento, bom relacionamento e competências da família;
- o) Promover relações com a comunidade e na comunidade;

- p) Dinamizar relações intergeracionais.

Serviços Prestados

O serviço de centro de dia funciona de segunda a sexta-feira das 8h às 18h, assegurando a prestação dos seguintes cuidados e serviços:

- a) Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, de motricidade e de estimulação cognitiva;
- b) Nutrição e alimentação, nomeadamente almoço e lanche;
- c) Administração de fármacos quando prescritos;
- d) Articulação com os serviços locais de saúde, quando necessário;
- e) Apoio Psicossocial;
- f) Transporte para a deslocação entre a instituição e a sua residência.

O Centro de Dia pode ainda assegurar outros serviços, nomeadamente:

- a) Cuidados de higiene pessoal;
- b) Cuidados de imagem;
- c) Jantar;
- d) Tratamento de roupa
- e) Diligências como pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade
- f) Serviço de alimentação ao fim de semana

A nossa ação, pretendendo contribuir para o bem-estar, qualidade de vida e promoção da saúde dos utentes, numa perspetiva biopsicossocial, focaliza-se nos eixos que serão descritos em seguida:

1. Cuidados de Saúde

- a) Promoção da Saúde Mental:
 - Realização de avaliações psicológicas

- Intervenção psicológica em saúde mental e demências
- Programa de estimulação cognitiva “Ginasticamente” e “Sons ConVida”
- Sessões grupais de técnicas de relaxamento
- Acompanhamento psicológico individual

b) Prestação de cuidados:

- Medição da tensão arterial sempre que necessário;
- Medição e avaliação de glicémias aos utentes diabéticos;
- Realização de rastreios de tensão arterial e de diabetes;
- Organização, verificação e administração da medicação aos utentes;
- Vacinação;
- Orientação e agendamento de consultas médicas, sempre que necessário;
- Planeamento e marcação de exames médicos;
- Pedido de receituário;
- Acesso a consulta médica, quando requisitada pelo utente sócio.

c) Articulação com outras entidades:

- Encaminhamento dos utentes para outros profissionais de saúde;
- Trabalho em parceria com os centros de saúde e hospital local.
- Parceria com a Farmácia Nova Fátima, na preparação da medicação.

d) Pretende-se realizar em parceria com a comunidade:

Atividade	Objetivos	Ações a desenvolver	Calendarização
Ações de sensibilização na área da saúde ao nível da prevenção primária	Promoção de Comportamentos e estilos de vida saudáveis. Formar e educar para a Saúde. Promoção da saúde e	Organizar e promover sessões Temáticas: Alzheimer, Hipertensão, doenças Cardiovasculares, alimentação, Exercício físico,	A definir com os parceiros

	Prevenção de doenças	diabetes, Reumatismo, osteoporose. Rastreios diversos.	
--	----------------------	---	--

2. Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal

No plano de atividades através da implementação do PADP (Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal) continuarão a ser asseguradas e desenvolvidas com elevado rigor técnico, ético, deontológico e humano, pela equipa multidisciplinar (psicóloga, técnicas de serviço social e animadora) atividades de Desenvolvimento Psicossocial e de intervenção psicológica em gerontologia como o Programa de Estimulação Cognitiva “GinasticaMente” e outras de carácter terapêutico (e.g. Terapia de Reminiscências; Arte-terapia; intervenção sensorial); assim como atividades de carácter lúdico recreativo, cultural, intelectual, musical (Projeto “Sons ConVida”), social e psicomotor/desportivo; treino de AVDs, algumas das quais descrevemos nos pontos que são apresentados a seguir com as devidas adaptações e/ou suspensões temporárias face ao contexto pandémico.

De modo a potenciar a estratégia organizacional que passa pela harmonização e construção de sinergias entre as várias repostas sociais, com reforço da identidade coletiva e alinhamento, e segundo uma abordagem colaborativa, multidisciplinar e integradora, que valoriza as competências e conhecimentos das partes e do todo em prol do melhor serviço para os utentes, nasce um plano anual de atividades eclético e integrativo entre o centro de dia e a creche, cujo tema é a exploração das artes, “Arte para todos”, nas suas diversas variantes (artes plásticas; dança; música; teatro; fotografia; cinema; escrita), disciplinas com as quais pequenos e grandes têm natural afinidade.

Propomo-nos a trabalhar em conjunto, com início em setembro de 2021 e término em agosto de 2022, a “Arte através das **4 estações do ano**”, explorando ao longo de cada

trimestre (a respetiva estação do ano) as diferentes correntes artísticas, autores e tipos de expressões que lhes podem ser associados. O que acompanhará todo o projeto e de donde derivou o mote das “4 estações” é a obra homónima de Vivaldi “As quatro estações”. Por outro lado, sabendo que a produção artística implica um íntimo contacto com o *eu*, com o mundo interior e exterior, e que esse contacto se faz através da primazia das capacidades percetivas e sensoriomotoras, pareceu-nos importante despertar o olhar e a sensibilidade dos nossos utentes para as transformações físicas e estéticas que acontecem harmoniosamente na natureza ao longo de um ano (4 estações) e quem sabe fazer um paralelismo com o ciclo de vida humano, explorar artisticamente os diferentes estímulos (aromas, cores, texturas, sons, imagens, luzes) matérias (p.e. folhas, flores, terra, areia, pedras) e materiais (p.e. barro – Outono) que nos são acessíveis, assim como as obras de alguns artistas que espelham a natureza e em simultâneo as suas metamorfoses interiores e exteriores.

O centro de dia e a creche irão desenvolver vários projetos e trabalhos em conjunto, de forma colaborativa, partilhando um cronograma onde constam os subtemas e artistas a explorar. A implementação do projeto inicia-se em setembro com a estação outono, sendo que iremos abordar, por exemplo, a arte de Salvador Dali, nomeadamente a obra “A persistência do tempo”, associando-a ao ciclo da natureza e ao tempo humano (do projeto anual, e ao ciclo de vida). Assim, de forma cooperativa as equipas técnicas das duas respostas e respetivos utentes irão através dos ateliês de expressão plástica construir uma árvore gigante que será dividida e decorada de forma particular em cada estação do ano, sendo que a decoração do outono irá explorar “os relógios de Dali” e a aridez da paisagem.

A arte representa um instrumento profícuo na promoção da saúde e bem-estar, ao proporcionar a valorização das expressões individuais e coletivas, por meio da integração dos aspetos afetivos, cognitivos, lúdicos e socioculturais (CASTRO *et al.*, 2007). Vários autores no âmbito da saúde mental consideram a arte um “(...) recurso que possibilita a reconciliação do homem com as suas raízes mais profundas, como ser

íntegro e total, tornando-o capaz de atingir o prazer no fazer e no viver.” (Camargo, 1999, p.69).

O *envelhecimento criativo* surge como um novo paradigma da gerontologia, e caracteriza-se como um campo inerentemente interdisciplinar de investigação, que se situa na interseção das artes, saúde e gerontologia social e enfatiza o papel do compromisso criativo na promoção do desenvolvimento pessoal, criatividade e construção de redes sociais na vida dos seniores (Bradfield, E., 2020). Serve-se da implementação de *programas de artes participativas*, promovidos por instituições de saúde e assistência social, que consistem no desenvolvimento estruturado de atividades artísticas individuais e/ou em grupo, destinadas a alcançar e manter a saúde e o bem-estar da pessoa idosa (Hogan, 2016), e cuja frequência pela população-alvo é tida como fator protetor ou agente de prevenção, ao proporcionar oportunidades acessíveis de estimulação, exploração e participação social e cultural ativa (Bradfield, E., 2020).

Este paradigma centra-se no potencial das pessoas mais velhas, em detrimento dos problemas e défices (Hanna & Perlstein, 2008), defendendo que a exploração e produção artística-criativa pode contribuir significativamente para o aumento dos níveis de bem-estar da população idosa (Hanna & Perlstein, 2008; Bradfield, E., 2020). Neste sentido vários estudos têm demonstrado que o envolvimento ativo com as artes e com o processo criativo contribui para o desenvolvimento de comunidades mais resilientes, criativas e saudáveis, nas quais a população idosa pode florescer (Bradfield, E., 2020).

A aplicação da teoria do *envelhecimento criativo* tem emergido em três áreas distintas: (1) Saúde e Bem-estar (inclui arte terapia através de programas adaptados aos idosos institucionalizados e dirigidos à população com perda cognitiva); (2) Comunidade (programas direcionados para a utilização das artes como meio de desenvolvimento cultural ou cívico, incluindo programas e oportunidades, através dos quais os idosos podem contribuir para a vida das suas comunidades); (3) Aprendizagem ao Longo da Vida (programas de ensino de base comunitária, que visam desenvolver capacidades artísticas através de oficinas participativas e que, em geral, culminam com o compartilhamento público).

Por conseguinte, projetamos para o último trimestre de 2021 e biênio 2022-2023 na resposta de centro de dia, a implementação de um plano de atividades holístico e estruturado, segundo as normas do PADP (Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal), que englobe a prática quotidiana das diferentes expressões artísticas (artes plásticas, música, artes performativas, literatura, cinema e fotografia) sob a forma de ateliês, segundo as três vertentes supramencionadas (arteterapia domínio das técnicas psicoterapêuticas/ promoção do bem-estar e desenvolvimento pessoal; desenvolvimento cultural, social e comunitário; aprendizagem ao longo da vida/envelhecimento ativo), a par de outras atividades de âmbito terapêutico (intervenção psicológica – apoio individual/Programa de Estimulação Cognitiva “GinasticaMente”/ Programa de Desenvolvimento de Competências Psicossociais “Flores@er”; psicomotricidade/Ginástica Geriátrica) e de carácter lúdico, social e desportivo.

2.1. Atividades de Desenvolvimento Psicossocial

Segundo Del Prette e Del Prette (2001) as relações sociais encontram-se diretamente associadas à qualidade de vida, sendo fatores promotores da saúde mental e do desenvolvimento psicossocial em todas as fases do ciclo de vida. A capacidade de interagir socialmente de forma habilidosa é fundamental para o idoso conquistar e manter redes de apoio social, e na adaptação ao contexto de Centro de Dia, onde é desafiado a alterar as suas rotinas, a confiar a sua intimidade e cuidados a estranhos, e a estabelecer novos vínculos seguros com pares, cuidadores e comunidade, o que acarreta elevados níveis de stress.

Assim, com recurso a várias técnicas de psicogerontologia, continuaremos a desenvolver de modo estruturado um Programa de Desenvolvimento de Competências Psicossociais designado “Flores@er”, com sessões semanais coletivas que visam o reforço de capacidades sociais e emocionais cruciais na adaptação à nova realidade, como: a comunicação assertiva, empatia, inteligência emocional, gestão de conflitos, cooperação, com impacto na autoestima, autonomia, resiliência e sentido de pertença. Estas sessões possibilitam a quebra de mecanismos de defesa, potenciando a emergência natural, num clima de confiança e respeito, das angústias e tensões internas e grupais,

que ganham espaço para serem discutidas e serem alvo de uma intervenção psicológica, servindo-se da teoria e técnica das Dinâmicas de Grupo.

Propomos a continuação da dinamização de dinâmicas de grupo (em grande grupo, sem contacto físico e mantendo as devidas distâncias de segurança) com frequência semanal nos seguintes domínios:

- Comunicação assertiva;
- Cooperação e confiança;
- Inteligência Emocional;
- Inteligência Interpessoal e Empatia;
- Resiliência, adaptação e tolerância à frustração;
- Gestão de Stress e do luto;
- Autonomia e capacidade de decisão e resolução de problemas;
- Autoestima e autoconceito (perdas e limitações)

2.2. Atividades Lúdico-recreativas

a) Realização de jogos lúdicos - O desenvolvimento de jogos de carácter lúdico que permitem promover o convívio e a socialização, o desenvolvimento intelectual, social e psicomotor dos participantes. De acordo com Lorda (2001) cit. por Jacob, L. (2012) a prática do jogo potencia:

- Aumento do grau cultural e o compromisso coletivo;
- Elevação do número de amigos e relacionamentos positivos;
- Canalização da nossa criatividade;
- Diversão e foco;
- Libertar tensões e emoções;
- Integração intergeracional;
- Orientação positiva das angústias quotidianas;
- Autocontrolo, reflexão e estimulação cognitiva.

Neste âmbito tem sido prática a dinamização de atividades grupais como “gincanas”, jogos de mesa (e.g. Dominó; Loto e Uno). Face à presente situação pandémica até que

surjam indicações contrárias iremos suspender a prática grupal de jogos de mesa, pela impossibilidade de manutenção da devida distância de segurança entre participantes.

b) Realização de Ateliês de Expressão Plástica (frequência semanal) – atividades úteis ao nível da estimulação sensoriomotora, cognitiva e psicossocial. Pretende-se que o utente possa desenvolver a capacidade criativa, autonomia e tomada de decisão, sentido de controlo sobre o meio e a autoexpressão emocional e do *self*, através de meios alternativos à comunicação oral verbal que por vezes encontra-se comprometida devido a vários tipos de défices funcionais (p.e. demências, afasias e psicopatologia). Neste sentido promovemos o contacto e a exploração livre e/ou orientada de vários materiais e técnicas de artes plásticas como o desenho, pintura, escultura, colagens, pontilhismo, costura, tear/tecelagem etc., a observação e discussão de vários estilos, correntes e obras de arte icónicas, e o conhecimento da biografia dos artistas associados, sendo que desse cruzamento a expressão artística é trabalhada enquanto símbolo e mensagem de um mundo emocional cujo significado pode ser interpretado, o que pode ser estendido à intervenção psicológica com cada utente. Com base no atual contexto prevê-se que a dinamização das sessões será feita em grupos pequenos (4 pessoas), privilegiando atividades que não necessitem de partilha de materiais entre utentes, e que esses recursos possam ser devidamente higienizados.

c) Grupo de “Contadores de histórias”

Pretende-se estimular competências de literacia, expressão emocional e relacional, através de técnicas de expressão dramática como o *role-play*; dramatização de histórias infantis no âmbito dos projetos intergeracionais (suspensão até novas indicações das autoridades de saúde).

2.3 Atividades de Carácter Cultural

Objetiva-se a continuação da aproximação ao património cultural, e promoção do convívio (dentro das condições possíveis e sob avaliação contínua) através de:

a) Visionamento de filmes – projeção com vídeo projetor (frequência semanal);

- b) Visitas a museus e exposições;
- c) Visitas de reconhecimento e identificação do património natural e cultural;
- d) Idas ao teatro.

2.4. Atividades de Carácter Intelectual

Visam a estimulação das faculdades mentais superiores, elevar os níveis de bem-estar, autoestima e autonomia, aumentar o nível de conhecimentos sobre temas diversos:

a) **Leitura** (frequência diária) – criação de biblioteca e “canto da leitura” para promover a prática de hábitos de leitura (orientada às capacidades e interesses de cada utente); disponibilização diária de jornais diários, bem como de revistas temáticas (suspensa devido a plano de contingência).

b) **Ateliê de Letras e Memórias** (frequência semanal): desenvolvimento de atividades que promovam a aprendizagem e manutenção de competências verbais e linguísticas, bem como a capacidade mnésica dos utentes (atividades de escrita criativa p.e. poemas; reflexões temáticas e contos a *várias mãos* e vozes, partilha de provérbios populares; quadras e lengalengas populares; letras de cantigas populares; e treino de AVDs – escrever um postal, carta, nome, texto de apresentação pessoal). Algumas destas atividades serão desenvolvidas em grande grupo assegurando distâncias de segurança no salão, com recurso a materiais informáticos como computador portátil e vídeo projetor que apenas serão manipulados pela dinamizadora e contarão com a participação oral dos utentes. Outras atividades serão desenvolvidas em pequenos grupos (4 pessoas no máximo), que impliquem uma realização individual com manipulação de materiais não partilháveis.

c) **Quizzes, jogos de lógica, quebra-cabeças, enigmas, adivinhas e provérbios populares** (frequência bissemanal) – jogos a dinamizar em grande grupo (respeitando normas de distanciamento), materiais manipulados apenas pela dinamizadora e maioritariamente em suporte digital (Slides-PowerPoint) projetados por data show. Objetivo estimular a participação ativa de todos os utentes através da evocação e partilha oral e validação de conhecimentos, opiniões, experiências e raciocínios;

estimular capacidades cognitivas de forma lúdica e inclusiva; promover o diálogo o divertimento e a socialização entre pares.

d) **Debates** (frequência mensal) – atividade de discussão grupal moderada acerca de temáticas propostas pelos utentes e equipa técnica;

e) **Sessões de Informação** – relacionadas com prevenção em saúde, segurança, envelhecimento ativo e outras temáticas (dinamizadas por técnicos e especialistas externos convidados)

f) **Animação musical** (frequência semanal) – Atividades de expressão musical, cinestésica e rítmica, desenvolvidas no âmbito do **Projeto “Sons ConVida”** (pesquisa e levantamento junto dos utentes de músicas significativas das suas vidas e terapia de reminiscências – atividades de canto, debate sobre as letras e conteúdos de canções e posterior realização de trabalhos de expressão plástica associados); pretende-se enriquecer as atividades neste importante domínio cultural através de sessões de musicoterapia, que incluem a experimentação e treino com instrumentos musicais de percussão populares desinfetáveis e de uso individual. As sessões serão feitas em grande grupo (salão) e em grupos pequenos (máximo 5 pessoas). Dada a situação de contingência as atividades cinestésicas/dança apenas ocorrerão na sala multiusos com os grupos pequenos, mantendo a distância de segurança entre participantes.

g) **Criação de Ateliê de Iniciação à Informática** (frequência semanal) – sessões individuais com duração máxima de 45 minutos, visam possibilitar a inserção do idoso no mundo virtual potencializando a sua atualização, interatividade, produção de conteúdos (e.g. processamento de textos – poemas, cartas etc.) e o acesso à informação, a inclusão social e aproximação a familiares através de um novo meio de forma segura.

2.5. Atividades de Intervenção Terapêutica

a) **Programa de estimulação cognitiva “GinasticaMente”** terá continuidade dentro de novos moldes: sessões bissemanais 60 minutos, com grupos pequenos (medidas de contingência), máximo 3 pessoas com diagnóstico prévio de défice cognitivo leve a moderado, a duração do programa será de 14 sessões após as quais se realizará nova avaliação dos participantes, com base nas recomendações do Programa *Cognitive*

Stimulation Therapy – CST de Spector, Thorgrimsen, Woods, & Orrell (2006) e em validação para a população portuguesa.

A literatura sugere que programas de estimulação cognitiva possuem um efeito positivo no desempenho cognitivo do idoso, na diminuição da sintomatologia depressiva e na melhoria ou manutenção da sua funcionalidade, constituem um dos pilares para o desenvolvimento de intervenções cognitivas e visam, essencialmente, a prevenção ou diminuição do declínio cognitivo global, causado pelas doenças neurodegenerativas progressivas, como são as demências (Nordonet *et al*, 2009). O Programa “GinasticaMente” enquanto programa de estimulação cognitiva, é uma intervenção cognitivo-comportamental, não farmacológica, que tem como objetivo preservar e, se possível potenciar, as capacidades intelectuais do indivíduo, quer através do treino de capacidades cognitivas específicas, quer pelo exercício de atividades que têm como objetivo produzir melhorias num conjunto de áreas, que no seu todo, produzem benefícios na realização das atividades de vida diária. Envolve um conjunto de atividades, realizadas em grupo, que visam abordar áreas específicas da cognição, como a memória, linguagem, atenção, concentração, cálculo ou funções executivas, a par da estimulação sensorial.

b) Terapia de Reminiscências – Sessões quinzenais (individuais/ grupos máximo 4 pessoas/ coletivas - grande grupo) – do ponto de vista preventivo, pretende-se com esta técnica psicoterapêutica promover a adaptação dos utentes às transições de vida que caracterizam o ciclo vital individual e familiar, elevar os níveis de autoestima e a auto-percepção de saúde, aumentar o bem-estar e a satisfação com a vida, fomentar os sentimentos de mestria, amplificar a flexibilidade no funcionamento quotidiano e prevenir o surgimento de sintomatologia depressiva (Gonçalves, C. & MARTÍN, I., 2007). Numa perspetiva interventiva, face ao diagnóstico de padrões patológicos de funcionamento, visa estimular o funcionamento cognitivo de doentes com demência, diminuir a incidência de sintomatologia pós-traumática, atenuar o isolamento social, auxiliar o processo de luto e diminuir a sintomatologia depressiva (Gonçalves, Albuquerque e Martín, 2008).

c) Arteterapia – Sessões quinzenais que podem ser dinamizadas em pequeno grupo (máximo 4 pessoas), ou como ferramenta de trabalho de psicoterapia individual

(frequência semanal). Pretendemos melhorar o bem-estar subjetivo dos nossos utentes, com diagnóstico de psicopatologia (p.e. depressão, perturbações de ansiedade, psicose e demência), com a utilização desta técnica psicoterapêutica humanista que serve-se da expressão artística (plástica; dança; musical; psicodramática; fotográfica, etc.) como uma facilitador natural da autoexpressão pessoal e emocional, permitindo através de uma linguagem simbólica “universal”, tornar acessíveis e passíveis de serem trabalhados conteúdos mais ou menos inconscientes do eu, responsáveis pelo desajustamento e sofrimento psicológico presente, forma de ultrapassar as limitações expressivas impostas pelo formalismo da linguagem verbal.

d) Estimulação Sensorial (integrada nas atividades do Programa de EC. “GinasticaMente”, e em outras atividades como expressão plástica e atividades musicais) – pretende-se através de técnicas específicas criando num contexto de calma e tranquilidade, rico em estímulos adaptados, promover a manutenção das capacidades sensoriais e atenuar os défices, reabilitação, partindo do princípio de que o comprometimento de um ou mais canais sensoriais característico do processo de envelhecimento biológico, aumenta a dependência e disfuncionalidade, uma vez que limita a captação de estímulos e informações sobre o seu ambiente externo e interno, aumentando a vulnerabilidade, desorientação, isolamento, dificuldades de comunicação e compreensão e perda de controlo sobre o meio.

e) Sessões de Relaxamento Muscular Progressivo de Jacobson (1938) e Relaxamento Autógeno de Shultz (1967), com frequência semanal – objetivo proporcionar “um estado de consciência caracterizado por sentimentos de paz e alívio de tensão, ansiedade e medo” (Ryman, 1995), com impacto positivo na gestão do stress quotidiano, associado à promoção do bem-estar, à diminuição dos níveis de ansiedade, depressão e dor crónica, e controlo psicofisiológico e fisiológico (p.e. tensão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória e tonicidade muscular).

2.6. Atividades Sociais

Com estas atividades pretende-se estimular a comunicação, amizade, convivência e as relações interpessoais perante a solidão/isolamento, favorecer o bem-estar e a

satisfação, assim como promover o desenvolvimento de capacidades e competências sociais:

- a) Comemoração dos aniversários dos utentes de Centro de dia com oferta simbólica e personalizada;
- b) Criação e dinamização do “Clube de leitura”;
- c) Participação em passeios trimestrais;

3. Atividades Físicas e Psicomotoras

Pretende-se prevenir o sedentarismo, promovendo o autodomínio, flexibilidade, equilíbrio, relaxamento, promover a auto estima bem como estimular relações positivas e espírito de equipa.

- a) Projeto Movimento Sénior – Sessão semanal de Ginástica Geriátrica sob a orientação de um professor (CMM), a aguardar indicações para retomar
- b) Prática de *Boccia* Sénior – será efetuado o treino de equipas de dois utentes para se assegurar as devidas normas de higiene e segurança;
- c) Ginástica geriátrica adaptada – continuaremos a dinamizar sessões semanais grupais, pela equipa técnica;
- d) Dança – pequenos movimentos e ateliês de expressão corporal e rítmica.

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

A resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar, permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária. Através de uma equipa multidisciplinar pretende-se privilegiar uma posição de colaboração com as famílias, primando por um princípio da melhoria da qualidade de vida dos idosos.

Este conjunto de serviços é prestado no domicílio habitual de vida do utente, contribuindo para a promoção e a prevenção de situações de dependência ou do seu

agravamento, evitando a sua institucionalização.

São objetivos do SAD:

- a) Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes e famílias;
- b) Promover a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais;
- c) Prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades biopsicossociais dos utentes, sendo estes objeto de contratualização;
- d) Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;
- e) Promover a dignidade da pessoa e oportunidades para a estimulação da memória, do respeito pela história, cultura, e espiritualidade pessoais e pelas suas reminiscências e vontades conscientemente expressas;
- f) Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
- g) Promover o aproveitamento de oportunidades para a saúde, participação e segurança e no acesso à continuidade de aprendizagem ao longo da vida e o contacto com novas tecnologias úteis;
- h) Prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;
- i) Promover estratégias de manutenção e reforço da funcionalidade, autonomia e independência, do autocuidado e da autoestima e oportunidades para a mobilidade e atividade regular, tendo em atenção o estado de saúde e recomendações médicas de cada pessoa;
- j) Promover um ambiente de segurança física e afetiva, prevenir os acidentes, as quedas, os problemas com medicamentos, o isolamento e qualquer forma de mau trato;
- k) Promover a intergeracionalidade;
- l) Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- m) Reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores;
- n) Promover os contactos sociais e potenciar a integração social;

- o) Facilitar o acesso a serviços da comunidade.

Os serviços de SAD funcionam todos os dias da semana entre as 8 e as 21 horas. As equipas de SAD deslocam-se ao domicílio dos utentes as vezes que forem necessárias e contratualizadas com a Instituição. Pretende-se que seja um serviço diferenciado, privilegiando a autonomia e autoconfiança do utente, estando assegurados os seguintes cuidados e serviços:

- a) Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica;
- b) Cuidados de higiene e de conforto pessoal;
- c) Tratamento da roupa do uso pessoal do utente;
- d) Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- e) Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura;
- f) Diligências como a aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade, etc...;
- g) Serviço de teleassistência;
- h) Administração de medicação, quando prescrita pelo médico, sua preparação e/ou vigilância.

O Serviço de Apoio Domiciliário assegura ainda outros serviços, nomeadamente:

- i) Acompanhamento e transporte, a consultas assim como aos exames complementares de diagnóstico;
- j) Realização de atividades de motricidade e ocupacionais;
- k) Realização de pequenas reparações/modificações no domicílio;
- l) Apoio na aquisição de ajudas técnicas;
- m) Apoio psicossocial;
- n) Formação e sensibilização dos familiares e cuidadores informais para a prestação de cuidados aos utentes;

Modelo de intervenção

Os serviços de apoio domiciliário permitem promover atitudes e medidas preventivas de isolamento, de exclusão e de dependência. Pretende-se colocar o utente no centro da ação, nas suas necessidades específicas, garantindo o exercício dos seus direitos e deveres, no respeito pela dignidade e liberdade de escolha.

A elaboração do diagnóstico social e o levantamento das necessidades multidimensionais específicas e as diferentes implicações no quotidiano do utente estão na base da intervenção. Este processo será mais sustentável quanto mais se implicar o utente na avaliação das suas necessidades, permitindo o desenvolvimento de um plano individual com a definição de objetivos e estratégias que responda às necessidades, com o objetivo de contribuir para a manutenção da qualidade de vida dos utentes.

Plano Anual de atividades, desenvolvido ao longo do ano:

Atividade	Objetivo
Acompanhamento social a utentes e familiares	Atendimento/esclarecimento quanto ao funcionamento das respostas sociais, bem como informação sobre apoios sociais
Visitas domiciliárias	Identificar as necessidades com vista à melhoria dos serviços prestados
Formação e sensibilização dos familiares e cuidadores informais	Responder às necessidades da família/proporcionando informação (descanso do cuidador)
Articulação com a família	Sensibilizar a família da necessidade de assegurar um contato mais próximo com o seu familiar
Articulação com outras entidades da comunidade	Desenvolver um trabalho em rede centrado no bem-estar do utente

Melhorar a qualidade dos serviços prestados	Identificar as necessidades sentidas com vista à melhor organização do SAD
Acompanhamento e supervisão dos serviços	Avaliação dos serviços prestados aos utentes
Ações de formação interna	Melhorar o desempenho das competências das trabalhadoras
Reuniões mensais com equipa de SAD	Debater em conjunto problemas identificados, criar laços de equipa, informar o estado dos utentes

Creche “os Netinhos”

Este ano daremos início a um novo projeto, que será trabalhado a nível das diversas valências da instituição por um período de dois anos.

Após dois anos difíceis devido à pandemia de covid-19 que nos levou a rever muitos dos nossos valores e formas de trabalhar, fez-nos sentido, enquanto equipa, elaborar um novo projeto ligado às origens da nossa humanidade em tudo o que diz respeito às nossas artes enquanto civilização. É neste sentido que pretendemos que este projeto nos leve a conhecer diversas formas de arte.

“Arte para todos”

Pretendemos com esta temática que toda a comunidade educativa participe e desenvolva o seu sentido estético e que isso seja visível na preservação, decoração e utilização dos espaços físicos do CRIBB.

Especificamente com as crianças esperamos que estas tenham oportunidades de vivenciar diferentes formas de arte e que estas vivências sejam levadas até às famílias.

Por ser uma temática muito abrangente foi dividida em temas e subtemas.

Ao longo do primeiro ano iremos descobrir A Arte através das **4 estações do ano**.

No segundo ano iremos explorar as **diversas culturas** que nos são dadas a conhecer,

através da arte.

Ao longo destes dois anos trabalharemos dentro da temática da Arte os seguintes subtemas:

- | | | |
|---------------|-----------------|-------------|
| . Dança | . Pintura | . Escultura |
| . Arquitetura | . Artes visuais | . Magia |
| . Teatro | . Graffiti | . Desporto |
| . Literatura | . Música | . Ciências |
| . Fotografia | . Desenho | . Culinária |

Objetivos a trabalhar em cada subtema:

Dança

- Promover criatividade e a sensibilidade artística da criança
- Trabalhar as capacidades condicionais e coordenativas (flexibilidade, controle da postura, controle da orientação espacial, ritmo, agilidade, resistência geral)
- Aumentar a cooperação entre colegas (através de exercícios de grupo)
- Compreender e aplicar regras
- Explorar vários tipos de dança nas várias culturas existentes

Arquitetura

- Fazer construções a 3D
- Representar graficamente um espaço (a casa, a sala, etc.,)
- Elaborar maquetes
- Fazer planos, construções e modelos

Artes Visuais

- Observar, reproduzir e representar diferentes situações vivenciadas pelas crianças
- Contactar e utilizar linguagens diversificadas

Teatro

- Explorar as capacidades de dramatização e improvisação da criança
- Promover o desenvolvimento ao nível da comunicação (verbal e não verbal)

- Explorar as capacidades de improvisação e dramatização
- Desenvolver a noção de si e do outro
- Desenvolver a capacidade de refletir em grupo

Literatura (poesia e prosa)

- Contribuir para a formação integral da criança
- Formar o sentido estético da criança
- Favorecer o poder criador da criança
- Estimular a espontaneidade, sensações e emoções
- Enriquecer e estimular o vocabulário
- Favorecer o gosto pela leitura e pelos livros

Fotografia

- Conhecer a história da máquina fotográfica e a sua evolução
- Conhecer diferentes técnicas de fotografia (preto e branco, cores, digital e de rolo)
- Utilizar a fotografia como recurso para desenvolver a capacidade da criança em se identificar a si, aos outros e ao que a rodeia
- Incentivar ao uso da fotografia de família na sala, de forma a amenizar a dificuldade da separação, aquando da entrada na escola

Pintura

- Desenvolver a imaginação e as capacidades expressivas
- Desenvolver o controlo da motricidade fina
- Desenvolver noções espaciais e de lateralidade
- Adquirir competências sociais de trabalho cooperativo
- Experimentar as capacidades expressivas da cor
- Construir a sensibilidade estética

Música

- Conhecer a história da música ao longo dos tempos
- Reconhecer diferentes tipos de música
- Sensibilizar o sentido auditivo da criança
- Sensibilizar para o facto de a música ter um efeito relaxante e de contribuir para o aumento da capacidade de atenção

Desenho

- Favorecer o desenvolvimento maturativo e intelectual da criança;
- Adquirir hábitos de observação visual e retentiva das linhas e formas dos objetos
- Criar imagens a partir das diferentes estimulações do meio.

Escultura

- Promover a criatividade
- Permitir que a criança explore várias texturas
- Permitir que a criança use a sua imaginação e que faça a sua construção
- Reaproveitar materiais
- Utilizar diferentes materiais para diferentes propósitos

Magia

- Promover a capacidade de exploração
- Experimentar vários materiais e fazer várias experiências
- Explorar novas texturas
- Conhecer a natureza

Desporto

- Demonstrar relativo controlo muscular em movimentos que envolvem todo o corpo
- Adquirir noções de lateralidade e equilíbrio
- Adquirir noções de espaço e tempo, primeiro em relação ao seu corpo, em seguida com a referência a objetos e a outras pessoas
- Reconhecer diferentes desportos

Ciências

- Falar de ciência, investigar e experimentar
- Expandir o seu conhecimento e compreender o mundo físico e biológico
- Estimular a curiosidade natural e o desejo de compreender os fenómenos naturais do seu quotidiano bem como os fatores que influenciam esses fenómenos

Culinária

- Trabalhar em equipa
- Aprender a experimentar
- Conhecer normas de segurança e higiene na preparação de alimentos
- Desenvolver a capacidade de utilizar e ampliar o vocabulário;

- Trabalhar conceitos matemáticos
- Desenvolver a capacidade de identificar e explorar os alimentos através dos sentidos

Planeamento do ano letivo 2021/2022

Embora estejamos em tempo de pandemia, com medidas de contingência tanto em creche como no Centro de Dia que nos impedem momentos de partilha, pretendemos trabalhar em conjunto, como sempre o fizemos. Neste sentido delineámos ideias, organizamos atividades que terão continuidade entre as valências e serão expostas.

1- Outono

Daremos ênfase ao pintor Salvador Dalí (1904-1989) com a sua obra “Persistência da memória” onde entendemos poder ser o início de um projeto e de um novo ano letivo, com a presença dos relógios que nos remetem ao “tempo”.

Iremos descobrir Giuseppe Arcimboldo (1527-1593) com as suas obras repletas de alimentos que nos farão celebrar o Dia da Alimentação.

O Outono também é tempo de explorar as cores quentes e tudo o que é alusivo à natureza nesta época do ano (madeiras, barro...Willendorf)

2- Inverno

No inverno iremos deslindar a arte através das cores frias e das técnicas de Louise Bourgeois (1911- 2010), na exploração de tudo o que é alusivo ao alumínio.

Teremos a oportunidade de aprofundar as técnicas do expressionismo abstrato através de Paul Jackson Pollock (1912- 1956) e da sua discípula Helen Frankenthaler (1928-2011)

3- Primavera

Com a chegada da primavera decidimos dar ênfase às cores pastéis, raramente exploradas.

O impressionismo de Claude Monet (1840- 1926) nos fará descobrir a leveza das cores associadas a esta estação do ano. Que iremos ligar ao Pablo Picasso (1881-1973) usando técnicas de colagens com figuras geométricas.

4- Verão

O ano acabará com o Verão, e as suas cores quentes, que tanto associamos ao pintor Vincent Van Gogh (1853- 1890) através das suas obras “Os girassóis” ou “Os campos de trigo com ciprestes”, bem como ao Joan Miró e as suas obras com cores vivas.

Iremos explorar o mundo dos materiais de desperdícios do artista Borballeo II, recriando obras “nossas”.

Não obstante o que pretendemos descobrir ao longo do ano, cada atividade será conjugada com os diversos subtemas ligados à arte (música, teatro, magia, fotografia...) e iremos explorar ao longo do ano a artista Joana de Vasconcelos (1971-), que nos dá a liberdade de trabalhar com objetos do nosso dia a dia, o que é tão significativa, tanto com os utentes da creche, como com os utentes do centro de dia.

MÊS	TEMÁTICA	ATIVIDADE/EVENTO
SETEMBRO	Adaptação ao ambiente creche	
2	Início de ano letivo 2021/2022	Receção às crianças nas salas de atividades
14	Feriado do conselho da Moita	Creche encerrada
20	Hora do Conto: Chegada dos artistas	O outono
21	Reunião de pais sala 12/24 meses	(via zoom)
22	Reunião de pais sala 24/36 meses	(via zoom)
22	Dia Europeu sem carros	Aventura sobre rodas – triciclos , bicicletas no exterior
OUTUBRO	O Outono	Dali / Arcimboldo
1	Dia Mundial da Música	
11	Hora do Conto : Arcimboldo descobre os legumes	Dramatização
16	Dia da Alimentação	
29	Halloween	Dramatização das bruxas pintoras Baile de máscaras /Culinária assustadora
NOVEMBRO		
7	Hora do Conto : Os relógios do Dali	Dramatização

11	Dia de São Martinho	(Dia da solidariedade)
19	Dia do Pijama	Projeto Mundos de Vida : sensibilizar as famílias para que cada criança tenha uma família
25	Fotos de Natal	Vamos sorrir e tirar fotos (previsto)
DEZEMBRO	O nosso natal	
	Natal	Atividades relacionadas com o Natal
6	Hora do Conto : Uma carta para o Pai Natal	Dramatização sobre o Natal
24	Véspera de Natal	Creche encerrada
31	Véspera de Ano Novo	Creche encerrada
JANEIRO	Inverno	Pollock/ Frankenthaler
6	Dia de Reis	Hora do conto e lanche especial
10	Hora do Conto : Expressionismo no inverno	Dramatização
18	Reunião de pais – sala 12-24 meses	(Via Zoom)
19	Reunião de pais – sala 24-36 meses	(Via Zoom)
25 a 29	Semana dos Jogos de luzes	Semana dedicada às luzes e transparências
FEVEREIRO		
7	Hora do conto : Descobrir a Joana	(material reciclado)
14	Festejos do Dia dos Amigos	Baile dos amigos com lanche especial
15	46º Aniversário do CRIBB	Comemoração do aniversário do CRIBB
25	Desfile de carnaval	Desfile de carnaval da comunidade educativa da Baixa da Banheira
28	Baile de Carnaval na creche	
MARÇO		
1	Entrudo	Creche encerrada
7	Hora do conto: Magia da prata	(Alumínio)
21	Lanche do Dia do Pai	Lanche especial com os pais
22	Passeio da Primavera com os utentes do CD	Passeio externo
28	Celebração do Dia do Teatro	Estória dramatizada
ABRIL	Primavera	Picasso / Monet
4	Dia da literatura infantil	Troca de livros
5	Hora do Conto: Primavera com música	(Musical com obras do Monet)
14	Caça aos ovos	No exterior com os utentes do CD

15	Sexta feira Santa/ Páscoa	Creche encerrada
29	Dia da Dança	Dia dedicado à dança
MAIO		
2	Dia da Mãe	Lanche especial
3	Hora do conto: Amor de família	
18	Dia internacional dos museus	Inauguração do museu “Os Netinhos”
21	Comemoração do Dia da Família	Brunch das famílias
JUNHO		
1	Dia da Criança	Atividades relacionadas com o dia da criança (almoço especial...)
6	Descoberta das formas do Picasso	
21	Celebrar a chegada do Verão	
24	Festa final de Ano Letivo	
JULHO	Verão	
4 a 8	Semana de Praia (previsto)	Semana de Praia em Sesimbra
11	À descoberta de Van Gogh	
18	À descoberta de Bordallo II	
20	Reunião de Pais	Sala 12-24 meses
21	Reunião de Pais	Sala 24-36 meses
25	À descoberta de Miró	
26	Dia dos avós	Lanche especial
AGOSTO		
	Toca a Brincar!	
	Férias	Encerramento da Creche

2- Consolidar e diversificar a aposta na melhoria da qualidade dos serviços prestados

Programa Miles – Fundação Manuel Violante

Em 2021 fomos selecionados para participar no Programa MILES da Fundação Manuel Violante. Este programa consiste na aquisição e desenvolvimento de boas práticas de gestão importantes para a atividade diária da nossa Instituição. Permitirá igualmente ajudar no desenvolvimento de competências em temas chave de gestão que irão contribuir de forma relevante para a sustentabilidade e impacto da nossa instituição, como também para a melhoria da qualidade do serviço prestado aos seus beneficiários.

Cantina Social

A cantina social do CRIBB, é uma resposta de apoio à comunidade, e desenvolve-se através do Protocolo com o Instituto de Segurança Social. Insere-se na Rede Solidária de Cantinas Sociais, constituindo-se como uma resposta de intervenção no âmbito do Programa de Emergência Alimentar, que assegura aos utentes refeições diárias (almoço e/ou jantar), destinadas ao consumo externo.

De acordo com o compromisso estabelecido com o Instituto de Segurança Social, continuaremos a fornecer 49 refeições diárias. Este número poderá sofrer alterações mediante indicações por parte do ISS.

A seleção das pessoas que possam ser abrangidas por esta resposta passa por critérios pré-definidos onde será considerado:

- a) Situações já sob apoio social;
- b) Situações recentes de desemprego múltiplo e com despesas fixas com filhos;
- c) Famílias/indivíduos com baixos salários, pensões sociais baixas, com doenças crónicas e encargos habitacionais fixos;
- d) Famílias monoparentais, com salários reduzidos;
- e) Situações de emergência temporária, tais como incêndio, despejam, doença, entre outras.

As sinalizações são feitas pelos serviços de ação social e pelas equipas de protocolo de rendimento social de inserção. Para conhecer a família, e aferir as condições sociofamiliares dos utentes ou das famílias a Instituição realiza atendimento e faz a caracterização de cada situação.

Este tipo de resposta pressupõe um trabalho de articulação e colaboração entre os vários parceiros da Rede Social do Concelho, que possam contribuir para a identificação e priorização das situações.

POAPMC – Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas

A Instituição, enquanto entidade moderadora, dará continuidade ao protocolo na

distribuição de géneros alimentares pela comunidade, abrangendo a União de Freguesias da Baixa da Banheira e Vale da Amoreira, num total de 220 beneficiários.

Podem receber apoio do POAPMC pessoas e/ou famílias que se encontrem em situação de carência económica, de acordo com o conceito de carência económica aplicado pelo Instituto da Segurança Social, no âmbito do subsistema da ação social.

Este programa pretende ser um instrumento de combate à pobreza e à exclusão social, numa lógica de intervenção mediante apoio alimentar, assim como no desenvolvimento de medidas de acompanhamento que capacitem as pessoas mais carenciadas a vários níveis, promovendo assim a sua inclusão.

Ações de acompanhamento a desenvolver no ano de 2022

Tipo de Ação	Designação	Data	Destinatários
Seleção de géneros alimentares	Alimentação Saudável e equilibrada	1/01/2022 a 30/04/2022	60
Prevenção do desperdício	Desperdício de comida: como evitar	1/01/2022 a 31/05/2022	60
Otimização da gestão do orçamento familiar	Otimização da gestão do orçamento familiar	01/01/2022 a 31/07/2022	60

Gabinete de Apoio Psicossocial (GAPS)

Dar-se-á continuidade ao trabalho que tem vindo a ser desenvolvido neste gabinete apoiando utentes e famílias em termos sociais e psicológicos. Nesse sentido e dado o atual contexto pandémico pretendemos aumentar a frequência das sessões de apoio psicológico individual (e.g. psicoterapia) aos utentes de Centro de Dia em plenas condições de segurança, reforçando estratégias de *coping*, e mecanismos de resolução de problemas e aumentando os níveis de bem-estar subjetivo.

Ao nível das práticas de integração de novos utentes na resposta de Centro de Dia, continuaremos a realizar avaliações psicológicas e funcionais dos candidatos de forma a podermos diagnosticar quais as necessidades e recursos do avaliado e se a nossa intervenção e resposta social é ou não a mais adequada, produzindo informação técnica relevante para a tomada de decisão.

Outro foco da ação do GAPS será a elaboração dos planos Individuais (Pis) dos utentes de Centro de Dia, numa perspetiva holística e multidisciplinar, cumprindo os procedimentos de observação/avaliação e diagnóstico, desenho, implementação e monitorização.

No âmbito das políticas de Gestão de Recursos Humanos do CRIBB pretende-se desenhar um plano de formação interna, no que concerne ao desenvolvimento de competências técnicas, sociais e comportamentais necessárias ao bom desempenho das diferentes funções e perfis profissionais, valorizando o potencial e capital humano, a par da dinamização de ações de formação com gestão pela plataforma SIGO.

O Gabinete Psicossocial irá, também, assegurar um trabalho conjunto com a Direção Técnica da creche de modo a tornar mais rápido e efetivo o acesso a respostas sociais e de intervenção psicológica em resposta às necessidades dos menores e das suas famílias, e que se consubstancia nas seguintes atividades:

- Realização de avaliações do desenvolvimento infantil - diagnóstico e desenho de plano individual de intervenção precoce (intervenção da psicóloga); apoio à educadora e pais em termos de orientação e de desenvolvimento de estratégias de estimulação, nos diferentes sistemas de pertença da criança (casa e creche) de acordo com o diagnóstico; quando necessária articulação com outros técnicos congéneres.
- Apoio psicoeducativo às famílias, através de atendimentos conjuntos (educadoras e psicóloga);
- Planificação e dinamização de *workshops* e sessões de formação em Educação Parental que visam o desenvolvimento de competências parentais, a adequada estimulação na 1ª infância, visando o desenvolvimento integral e o bem-estar da criança (atividades sujeitas às condicionantes do contexto pandémico).

Renovação da frota automóvel

A nossa frota já apresenta alguma antiguidade com consequentes aumentos nos custos com intervenções. Pretende-se em 2022 proceder à renovação com a aquisição de uma nova viatura.

Apoio nos cuidados de saúde

Continuaremos a promover a campanha de vacinação contra a gripe disponibilizando a utentes e trabalhadores a vacina a quem a pretender.

Reforçar a manutenção de equipamentos e das infraestruturas

Além de contribuir para a boa imagem da instituição a adequada manutenção dos equipamentos e infraestruturas permite aumentar o ciclo de vida e, conseqüentemente, reduzir custos de substituições prematuras.

3- Criar dinâmicas, iniciativas e benefícios direcionados para os sócios

Grupo coral Amizade

Os constrangimentos provocados pela pandemia impediram que o grupo se reunisse durante mais de um ano. Mas no entretanto foram retomados os ensaios para grande satisfação dos seus membros e da instituição. Pretende-se que durante o próximo ano se mantenham as atividades regulares nomeadamente, os ensaios e, vamos trabalhar para que, mantendo-se a perspetiva evolutiva da pandemia num enquadramento positivo, também seja possível realizar algumas iniciativas internas, mas também algumas atuações no exterior. Este é um projeto que, por mérito próprio, ao qual muito se deve o empenho do maestro Rui Silva, tem um elevado reconhecimento na comunidade devido à sua qualidade artística.

Bailes

Atendendo ao atual contexto de pandemia a realização dos bailes tem estado suspenso. Esperemos que as condições evolutivas da pandemia ao longo do próximo ano possam vir a proporcionar o saudável convívio musical e de animação para sócios e comunidade sénior, pois, as saudades e a vontade de voltarmos a ter esta importante dinâmica semanal é muita, já para não mencionar os bailes de carácter específico e mais tradicional.

Atividades de caráter culturais e lúdicas

Apesar das limitações que ainda subsistem e as incertezas que o enquadramento pandémico ainda podem trazer, esperemos que no próximo ano possamos voltar a programar atividades culturais e lúdicas para os nossos utentes e sócios.

Postal de aniversário

Vamos manter o envio de postais de aniversário aos nossos sócios num dia especial de cada um dos nossos sócios, num gesto simbólico de reconhecimento pela sua ligação à nossa instituição que tanto valorizamos.

Parcerias

Na procura de mais vantagens para os nossos sócios vamos continuar a trabalhar para alargar as nossas parcerias com empresas da comunidade.

4- Diversificar as fontes de receitas

O foco da atividade da nossa instituição está financeiramente balizado pelos acordos de cooperação detidos com o Instituto da Segurança Social, cujas participações se constituem como a maior componente de receita em cada ano. Não obstante, temos procurado outros financiadores que possam permitir desenvolver novos projetos. Para tal temos procurado efetuar candidaturas a programas de apoio de entidades diversas. Em 2022 manteremos este pressuposto o qual no passado já teve retorno muito positivo, quer financeiro quer de valorização da imagem institucional.

5- Reforçar os laços com a comunidade

Durante o ano de 2022 procuraremos continuar a desenvolver e aprofundar as relações institucionais que detemos com diversas entidades, públicas e privadas e do setor social com quem temos vindo a colaborar em várias parcerias e projetos ao longo dos anos. A realidade que atravessamos tem, compreensivelmente, limitado uma ligação mais ativa, mas para o novo ano que se avizinha queremos acreditar que, havendo condições de segurança, será possível retomar estas parcerias e projetos de proximidade, bem

como procurar criar novas, com: Autarquias locais; Instituto de Emprego e Formação Profissional; Instituto da Segurança Social, I.P.; ACES Arco Ribeirinho – Centro de Saúde da Baixa da Banheira/Unidade de Saúde Familiar Querer Mais/ Unidade de Cuidados na Comunidade/ A Saúde na Rua; Estabelecimentos de Ensino e Formação Profissional; Agrupamento de escolas Mouzinho da Silveira e D. João I; Instituto Politécnico de Setúbal; Movimento associativo; Cooperativa RUMO; Banco Alimentar.

Conselho Local de Ação Social da Moita

Continuaremos empenhadamente a colaborar nas atividades do Conselho Local de Ação Social da Moita, bem como nos diferentes grupos de trabalho, assim como nas funções que nos foram imbuídas pelos nossos parceiros enquanto membro eleito do núcleo executivo.

Conselho Local de Ação Social do Barreiro

Continuaremos a reforçar a participação com o Conselho Local de Ação Social do Barreiro colaborando ativamente nos grupos de trabalho.

6- Melhorar a comunicação externa

A comunicação constitui-se como uma componente importante da atividade da nossa instituição. É necessário dar a conhecer à comunidade onde nos integramos, bem como a comunidade envolvente, o trabalho que é desenvolvido. Assim, em 2022 manteremos a nossa disponibilidade para presença em feiras que sejam organizadas localmente, remeteremos newsletters regulares aos nossos sócios, dinamizaremos a página de internet, enviaremos notas à imprensa sempre que tal se justifique procurando difundir através dos órgãos de comunicação social as nossas dinâmicas e atividades com utentes, sócios e comunidade.

7- Melhoria da capacitação dos recursos humanos

Sendo os nossos trabalhadores um eixo essencial da nossa instituição constitui-se como prioridade a sua formação e capacitação.

Continuaremos, por isso, a nossa colaboração com o Centro Qualifica da Escola Secundária da Baixa da Banheira a qual permite facilitar a aquisição de novas competências, terminar percursos escolares e iniciar novos. Este processo poderá ser facilitado através do Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC) e Educação e Formação de Adultos.

Continuaremos a desenvolver ações de formação internas desenvolvendo um plano com as nossa com os nossos recursos próprios e externas através de entidades parceiras.

8- Avaliação do Orçamento para 2022

Chegado a este ponto deste longo e detalhado documento há que abordar a proposta de orçamento que dá suporte a tudo o que para trás foi devidamente mencionado.

A proposta que apresentamos é equilibrada e acreditamos que a mesma é exequível e possibilita o necessário e importante rigor orçamental, na importante garantia da sustentabilidade financeira da instituição, mas em consonância com as necessidades quer do funcionamento, quer de investimento a realizar em prol de melhores condições para utentes, sócios, trabalhadores e comunidade em geral.

Esta proposta de orçamento resulta do trabalho que a Direção responsabilmente e empenhadamente elaborou para dar o devido e necessário suporte financeiro para a execução do Plano de Ação proposto. Esta é uma aposta financeira que acreditamos que também irá contribuir para garantir a importante sustentabilidade estrutural do funcionamento do nosso CRIBB mesmo com o enquadramento que ainda atravessamos e com algum fator de incerteza que 2022 possa trazer devido à pandemia.

A proposta que apresentamos em termos orçamentais é alicerçada, numa aposta que tem sido a pratica corrente da instituição nos últimos anos, na continuação de uma importante e necessária gestão rigorosa dos recursos materiais, humanos e financeiros, em que procuramos sempre maximizar a atividade da instituição, numa procura permanente pela melhoria das condições dos trabalhadores, dos serviços disponibilizados a utentes e sócios, mas também à comunidade com o esforço financeiro em diversos recursos devido a pandemia e na salvaguarda da proteção e da saúde de utentes e trabalhadores.

Este orçamento previsional, com base na continuação de uma gestão empenhada e atenta no cumprimento dos seus serviços e no bem-estar e proteção dos utentes e trabalhadores, aposta na existência de um resultado líquido do exercício previsto para o próximo ano positivo.

Esta realidade, sendo previsionial como se sabe, é uma vez mais positiva, com o devido fator de incerteza que não podemos deixar de associar que, compreensivelmente, só no final do ano de 2022 será possível comprovar o seu sucesso. Este resultado reflete a importante situação estável em termos económicos em que a instituição se encontra.

No entanto, cabe-nos alertar que a concretização do resultado que se prevê para 2022 só será possível alcançar com o importante trabalho de rigor e exigência a ser efetuado não somente pela Direção, mas com a fundamental colaboração de todos os Corpos Gerentes e principalmente trabalhadores que empenhadamente dão o seu melhor no dia a dia de trabalho em prol de todos os utentes do CRIBB, tendo em consideração uma evolução positiva da pandemia como todos desejamos.

Para o ano de 2022 existe a previsão da manutenção das principais receitas, as quais estão suportadas pelas contribuições provindas dos acordos com a Segurança Social e também dos serviços prestados aos nossos utentes, apesar dos esforços realizados pela Direção na procura de suportes financeiros alternativos para aumentar a autonomia financeira da instituição. Do lado da despesa são as rubricas dos fornecimentos e referentes ao pessoal que representam as principais despesas correntes. No entanto, há que ter em consideração que em termos de despesas existe a possibilidade do seu aumento devido a vários fatores muito associado às implicações que ainda advém da existência da pandemia e na expectativa do aumento do salário mínimo nacional e, consequentemente, de uma nova revisão do CCT.

Assim, prevê-se um resultado líquido positivo de **72 098 €**, com um total de gastos de 855 819 € e de rendimentos de 927 917 €, discriminada na nota explicativa abaixo:

RENDIMENTOS

71	Vendas		0 €
72	Prestações de serviços		228 044 €
721	Quotas dos utilizadores, Matrículas e Mensalidades		221 346 €
72111	Creches	36 946 €	
72119	Outros - Matrículas e renovações	2 240 €	
72142	Centros de Dia	53 580 €	
72143	Apoio Domiciliário	128 580 €	
722/728	Outros Serviços		6 698 €
722	Quotizações e Joias	3 903 €	
725	Serviços secundários	2 795 €	
72505	Música	2 795 €	
75	Subsídios, doações e legados à exploração		677 019 €
751	Subsídios das Entidades Públicas		623 588 €
7511	Instituto Solidariedade Segurança Social	623 588 €	
75111111	Creches	123 142 €	
75111214	Cantina Social	44 100 €	
751112142	POAPMC	1 440 €	
75111412	Centros de Dia	90 410 €	
75111414	Apoio Domiciliário	364 496 €	
752	Subsídios de outras entidades		51 156 €
75202	Autarquias	4 250 €	
75203	Reembolso IEFP	45 106 €	
75204	Banco Alimentar - POAPMC	1 800 €	
753	Doações e heranças		2 275 €
753101	Donativos Fiscais em Dinheiro	0	
753102	Donativos Não Fiscais em Dinheiro	1 213 €	
753103	Donativos em espécie	1 062 €	
78	Outros rendimentos		22 674 €
781	Rendimentos suplementares	2 288 €	
781902	Reembolsos Diversos	1 626 €	
781907	Produtos p/ utentes	416 €	
781908	Cantina Social - Utenes	246 €	
788	Outros	8 301 €	
7883	Imputação de subsídios para investimentos	8 301 €	
7882-7884/7887	Rendimentos e ganhos em ativos	12 085 €	
7885	Restituição de impostos	12 085 €	
7888	Outros não especificados	0 €	
79	Juros e Outros rendimentos similares		180 €
791	Juros obtidos	180 €	
Total de rendimentos anuais:			927 917 €

GASTOS

61	Custo Merc. vendas e Consumidas		1 661 €
62	Fornecimentos e serviços externos		299 811 €
621	Subcontratos		190 000 €
6211	Exploração Refeitórios e Fornecimento Alimentação	190 000 €	
622	Serviços especializados		49 478 €
6221	Trabalhos especializados	8 832 €	
6222	Publicidade e Propaganda	610 €	
6224	Honorários	23 062 €	
6225	Comissões e Serviços Bancários	135 €	
62261	Conservação Reparação	4 865 €	
62262	Conservação Reparação - Viaturas	4 803 €	
62263	Contratos de Manutenção	6 337 €	
6228	Serviços de Desinfestações	834 €	
623	Materiais		3 898 €
6231	Ferramentas e utensílios de desgaste rápido	1 427 €	
6232	Livros e documentação técnica	0 €	
6233	Material de escritório	1 602 €	
6234	Artigos para oferta	325 €	
6235	Material Didático	251 €	
6237	Material Hoteleiro	0 €	
6238	Material proteção covid	293 €	
624	Energia e fluidos		27 668 €
6241	Eletricidade	10 054 €	
6242	Combustíveis	8 541 €	
6243	Água	3 494 €	
6244	Outros Fluidos	5 579 €	
625	Deslocações, estadas e transportes		17 €
62511	Pessoal	13 €	
62514	Portagens e Parqueamento	4 €	
626	Serviços diversos		28 750 €
6262	Comunicação	4 043 €	
6263	Seguros	5 500 €	
6267	Limpeza, higiene e conforto	19 113 €	
626801	Outros	0 €	
626803	Serviços Fotográficos e afins	0 €	
626807	Serviços de Jardinagem, Flores e Afins	45 €	
626808	Artigos de Retrosaria e Tecidos	49 €	
626815	Artigos de Drogaria e Ferragens	0 €	
626816	Festas Eventos e Comemorações	0 €	
626820	Artigos Decoração	0 €	
6269	Rouparia	0 €	
627	Encargos com os Utentes		0 €
6272	Encargos de Saúde com Utentes	0 €	
63	Gastos com o Pessoal		519 370 €
632	Remunerações do Pessoal		395 113 €
6321	Remunerações Certas	354 374 €	
6322101	Subsídios de Alimentação	24 131 €	
6322102	Abono para Falhas	320 €	
6322104	Subsídio Alimentação em Espécie	0 €	
6322201	Outras Remunerações Adicionais	16 288 €	
635	Encargos sobre remunerações		82 792 €

6352	Segurança Social S/Remun. Pessoal	82 657 €	
6358	Fundo Garantia Compensação do Trabalho	135 €	
636	Seguros de acidentes no trabalho e doenças profiss		4 200 €
638	Outros gastos com o pessoal		37 265 €
63801	Outros gastos	0 €	
63802	Formação Profissional	712 €	
63803	Medicina do Trabalho, Higiene e Segurança	2 945 €	
63806	Vestuário e Calçado	934 €	
6381502	CEI +	32 674 €	
64	Gastos de depreciação e de amortização		28 433 €
68	Outros gastos		6 544 €
688	Outros		6 544 €
68115	Taxa Social * Trabalhadores Independentes	1 232 €	
6881	Correções relativas a períodos anteriores	5 000 €	
6883	Quotizações	312 €	
69	Gastos de Financiamento		0 €
691	Juros Suportados		0 €
6911	Juros de financiamentos obtidos	0 €	
Total de gastos anuais:			855 819 €
Resultado de Exploração Previsional			72 098 €