



PLANO DE AÇÃO 2023

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

Depois de dois anos intensos, a diversos níveis, a lidarmos com a realidade de uma pandemia que ninguém tinha experienciado devido à doença causada pelo vírus COVID-19, o ano de 2022 trouxe a normalidade possível. O vírus não desapareceu, mas todo o esforço realizado a diversos níveis para boas práticas de segurança e a vacinação generalizada da população, principalmente da mais vulnerável, possibilitou que o nosso dia a dia, mesmo no nosso CRIBB, possa ser um pouco mais “leve”, não descurando as medidas de proteção básicas que são importantes a manter. Pois o salvaguardar da saúde de todos, em particular dos mais idosos e demais membros de grupos de risco, bem como dos nossos trabalhadores sempre foi e continuará a ser importantes. 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 possibilitou que os serviços continuassem a funcionar com a sua normalidade do dia a dia.

Apesar deste aliviar da pressão da pandemia outras realidades também elas penalizadoras surgiram. Esta nova realidade inflacionária dos preços dos bens, em particular e mais preocupante, dos bens essenciais está a ter um impacto considerável na vida das famílias, empresas e instituições como a nossa tem vindo a agravar-se com o passar do tempo.

É perante estas duas realidades a pandemia ainda presente e agora também de inflação que a Direção preparou este documento essencial para a vida do nosso CRIBB. Bom senso e cautela são duas palavras fortes que caracterizam este plano de ação, mas a elas consideramos que se lhes devem juntar outras duas: o rigor e o investimento.

Acreditamos que de forma empenhada, atenta e humilde será possível continuar a prestar os serviços de qualidade que traduzem a nossa realidade a todos aqueles que recorrerem à nossa instituição na procura de apoio.

Acreditamos que o próximo trará algumas das atividades que tanto gostamos e que marcaram pela sua diferença e nos últimos anos pré-pandemia já se tinham instalado como tradições esperadas por parte de utentes, sócios, trabalhadores e comunidade em geral.

Pelo que iremos dar o nosso melhor para honrar o nosso compromisso para com a instituição, utentes, sócios, trabalhadores e comunidade em geral, não esquecendo de procurar as condições necessárias para concretizar o sonho dos fundadores, a criação de um novo serviço em prol dos nossos utentes, sócios e a comunidade – Estrutura Residencial para Pessoas Idosas – ERPI (o serviço de Lar).

O próximo ano trará a efeméride da comemoração dos 40 anos da nossa estátua aos reformados, bem como os 43 anos da fundação do CRIBB.

É com base nestes pressupostos que esta proposta de plano de ação foi elaborada sabendo que o ano de 2023 ainda encerra em si algumas incertezas às quais não podemos, nem devemos ficar indiferentes e isso colocar em causa muito do que aqui propomos.

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.

Acreditamos que cada um de nós pode fazer a diferença, mas somente juntos conseguiremos ultrapassar todas as dificuldades com que nos depararmos, pois, somente “Juntos somos mais fortes”!

Introdução

Chegados que estamos ao mês de novembro os nossos Estatutos e o Regulamento Geral Interno do nosso CRIBB remete (e bem) para a Direção a responsabilidade de apresentar aos seus sócios a sua proposta de visão e estratégia para o ano seguinte traduzida num documento de vital importância designado por plano de Ação o qual é devidamente alicerçado na respetiva Proposta Orçamental que o acompanha.

Estes dois documentos essenciais desenvolvidos sob a orientação da Direção da instituição, contam com toda uma experiência e contributos, como não poderia deixar de ser recolhidas ao longo de todo o ano, em reuniões, assembleias, contactos e conversas com utentes, dirigentes, sócios e trabalhadores e são fundamentais para o bom planeamento do desempenho do nosso CRIBB.

Estes documentos definem não somente a estratégica, como as propostas de orientação para a sua concretização traduzido num todo trabalho a realizar no próximo ano devidamente alicerçado no 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 na base destes documentos os órgãos irão orientar e suportar 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 ao longo do ano de 2023.

No entanto, temos a clara noção que o próximo ano de 2023 ainda terá as suas condicionantes e vamos ter que saber em conjunto continuar a lidar em várias frentes com a pandemia e a inflação.

Desconhecemos como estas realidades vão evoluir, mas 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 do bem-estar dos trabalhadores, utentes e sócios.

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 ignorando alguma incerteza 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. Reforçar os laços com a comunidade
5. Reforçar a comunicação externa
6. Reforçar a capacitação dos recursos humanos
7. Avaliação do Orçamento para 2023

É com base nestes principais 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.



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 reforçar a qualidade dos serviços atuais, sem nunca deixar de garantir a necessária existência de novos serviços na procura de poder proporcionar os melhores cuidados possíveis aos seus sócios e utentes.



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



Organigrama
Centro dos Reformados e Idosos da Baixa da Banheira

1. Reforçar, consolidar e diversificar a aposta na melhoria da qualidade das respostas sociais

1.1. CENTRO DE DIA

O funcionamento do centro de dia sofreu necessariamente alterações, tendo o mesmo vivido uma forma de funcionamento atípica devido à situação pandémica, tendo sido adotados um elevado, mas necessário, número de procedimento e organização logística para proteção dos utentes e também dos trabalhadores.

Tendo em conta a evolução positiva do quadro epidemiológico da pandemia, tendo nomeadamente em conta o nível de vacinação e consequentemente de proteção da população mais idosa, pretendemos minimizar o funcionamento atípico, apesar de mantermos a necessária preocupação de continuar com as boas práticas que têm vindo a ser desenvolvidas e que tem permitido minimizar o impacto desta pandemia e promover o bom funcionamento da instituição.

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.

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

Temos protocolo de cooperação com o Instituto da Segurança Social para 60 utentes.

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.

1.1.1. Cuidados e Serviços

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

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

O centro de dia pode ainda assegurar outros serviços, nomeadamente:

- Cuidados de higiene pessoal;
- Cuidados de imagem;
- Jantar;
- Tratamento de roupa;
- Diligências como pagamento de serviços, deslocações a entidades da comunidade;
- Serviço de alimentação ao fim de semana.

1.1.2. Cuidados de Saúde

a) 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;
- b) 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.
- c) Pretende-se realizar em parceria com a comunidade:
- Ações de sensibilização
 - Workshops
 - Sessões temáticas

1.1.3. Acompanhamento técnico e social

- a) Atendimento presencial e telefónico
- Atendimento/esclarecimento quanto ao funcionamento das respostas sociais
 - Informação sobre apoios sociais
 - Avaliação e diagnóstico das necessidades
 - Processo de admissão
 - Elaboração do processo e do plano individual de cuidados
- b) Elaboração/monitorização do plano Individual
- Avaliação das necessidades dos utentes
 - Reunião com equipa multidisciplinar
 - Elaboração do plano Individual
 - Monitorização e avaliação do plano individual
- c) Articulação e sensibilização dos familiares
- Responder às necessidades da família/ proporcionando informação
 - Promover ações de sensibilização para utentes e familiares
 - Esclarecer dúvidas e cuidados a ter

- Sensibilizar a família da necessidade de assegurar um contato mais próximo com o seu familiar
- d) Articulação com outras entidades da comunidade
 - Desenvolver um trabalho em rede centrado no bem-estar do utente
 - Intervenção concertada na resposta às sinalizações
- e) Melhorar a qualidade dos serviços prestados
 - Aplicação de questionários de satisfação
 - Avaliação dos serviços prestados
 - Diagnóstico das necessidades
- f) Acompanhamento e supervisão dos serviços
 - Avaliação dos serviços prestados aos utentes
 - Reuniões com equipas
- g) Ações de formação interna
 - Promover o desenvolvimento de competência junto da equipa
 - Motivar e qualificar a equipar
 - Promover o sentido de responsabilidade e profissionalismo

1.1.4. Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal

No plano de atividades de desenvolvimento pessoal, continuaremos a assegurar a prática diária de sessões na área da Animação e Intervenção Sociocultural, planeadas e desenvolvidas com rigor e dirigidas às necessidades, expectativas e potencialidades de cada utente.

O utente será sempre visto como parte individual de um grupo, como tal, e mantendo uma abordagem colaborativa, multidisciplinar e integradora, pretendemos dar resposta ao que projetámos para o biénio 2022-2023, propondo um plano de atividades completo, versátil e interativo entre o centro de dia e a creche, que irá incidir, uma vez mais, sobre o projeto “Arte para Tod@s”.

Numa perspetiva que englobe a prática quotidiana das diferentes expressões artísticas, propomo-nos a abordar ao longo do plano de atividades as seguintes temáticas:

- “A Arte do Outono”
- “A Arte da Música”
- “A Arte do Cinema, Televisão e Fotografia”
- “A Arte do Inverno e do Natal”
- “A Arte da Arquitetura”
- “A Arte da Escultura”
- “A Arte do Teatro”
- “A Arte da Literatura”
- “A Arte da Dança”
- “A Arte da Culinária”
- “A Arte do Verão”
- “A Arte da Cultura Popular”
- “Artes e Ofícios”

As temáticas enunciadas estão divididas por meses e serão abordadas em sessões/ateliês de animação com atividades diversificadas cuja metodologia de organização incide em cinco domínios: domínio intelectual/cognitivo, domínio psicomotor, domínio psicossocial, domínio das expressões e finalmente domínio lúdico-recreativo. Em cada domínio apresentado prevê-se que sejam trabalhadas várias competências através de atividades que premeiam a manutenção das capacidades mentais, cognitivas, físicas, sociais e relacionais do utente.

Seguidamente expomos uma breve menção a cada domínio, referenciando os focos da nossa intervenção e enunciando algumas atividades que servirão de exemplo para a compreensão da aplicabilidade da nossa intervenção junto dos utentes ao longo do ano. O nosso plano de atividades referente ao projeto “Artes para Tod@s” será também aqui apresentado num formato de fácil leitura e dividido por meses.

1 Domínio intelectual/cognitivo

As atividades de carácter intelectual/cognitivo, visam a estimulação das faculdades mentais sendo igualmente essenciais no processo de reabilitação da pessoa idosa. Com efeito, o exercício mental regular pode retardar ou prevenir o surgimento de doenças degenerativas. O processo de envelhecimento pode, por si só, provocar algumas perdas, no que concerne ao domínio cognitivo, podendo ainda ser acentuadas por situações de demência, depressão, questões relacionadas com a medicação ou ainda pela solidão ou falta de motivação perante a vida. O domínio intelectual/cognitivo assume também um papel preponderante ao nível do desenvolvimento da autoestima e da autonomia, aumentando o nível de conhecimento sobre diversos temas.

Focos de intervenção do domínio intelectual/cognitivo:

- Desenvolvimento de competências intelectuais
- Desenvolvimento de competências verbais e linguísticas
- Desenvolvimento de competências matemáticas
- Desenvolvimento cultural

Aplicabilidade:

- Jogos de lógica
- Enigmas
- Origamis
- Ateliês de letras e leitura
- Debates temáticos
- Exercícios de estimulação individual ou em grupo
- Quizzes
- Cinema
- Passeios culturais
- Sessões de informação

2 Domínio psicomotor

Enquanto equipa multidisciplinar acreditamos que a prática regular de atividade física é essencial para evitar o sedentarismo e a atrofia das funções fisiológicas e musculares. Ao encontro desta ideia, pretendemos garantir a prática de atividades psicomotoras em grupo ou individuais, que permitam ao utente manter capacidades como a resistência, força, flexibilidade, equilíbrio, coordenação e ainda desenvolver a interação e a entreajuda no caso específico das atividades de grupo.

Focos de intervenção do domínio psicomotor:

- Promoção da autonomia, resistência e flexibilidade
- Desenvolvimento da coordenação e equilíbrio
- Prevenção do sedentarismo

Aplicabilidade:

- Ginástica geriátrica
- *Boccia*
- Caminhadas
- Projeto Movimento Sénior (CMM) ginástica e hidrogenástica
- Sessões de treino em prevenção de quedas

3 Domínio psicossocial

No domínio psicossocial pretendemos ter em conta os benefícios do convívio social, ao nível do combate ao isolamento e na forma como o mesmo pode ajudar a desenvolver competências, não só a nível social como também pessoal. Deste modo, prevemos a execução de sessões que visam promover o desenvolvimento pessoal e sociocomunitário, através de momentos de convívio, lúdicos e informais que promovam o bem-estar individual e a integração social, fortalecendo a autoestima, a sociabilidade e o otimismo.

Focos de intervenção do domínio psicossocial:

- Desenvolvimento social
- Comunicação assertiva
- Cooperação e confiança
- Promoção da autonomia e da autoestima
- Integração intergeracional

Aplicabilidade:

- Dinâmicas de grupo
- Projeto “A nossa horta”
- Atividades intergeracionais
- Atividades com a comunidade
- Atividades com outras entidades

4 Domínio das expressões

No domínio das expressões pretendemos manter a integridade da autoestima, implementando atividades que aumentem o potencial criativo de forma individual, substituindo o sentimento de vazio e inutilidade por novas atribuições de significado da vida. O utente manter-se-á assim ativo e criativo e poderá expressar-se de várias formas, sentindo-se útil e motivado.

Focos de intervenção do domínio das expressões:

- Expressão verbal
- Expressão musical
- Expressão corporal/rítmica
- Expressão plástica e criativa

Aplicabilidade:

- Atividades de expressão oral e escrita
- Ateliês de música
- Dinâmicas de grupo

- Atividades de expressão corporal/rítmica
- Ateliês de manualidades, pintura e artes plásticas

5 Domínio Lúdico-recreativo

Tem sido prática a dinamização de atividades/jogos de carácter lúdico e meramente recreativo, e enquanto equipa técnica multidisciplinar entendemos a importância que a prática dos mesmos tem na vida dos nossos idosos, quer ao nível social, quer ao nível da aproximação e confiança entre o grupo.

Consideramos que é de extrema importância continuar a promover estas dinâmicas e orientar sessões recreativas que permitem promover o convívio e a socialização e elevam os níveis de bem-estar.

Focos de intervenção

- Autoestima
- Autonomia
- Sociabilização

Aplicabilidade:

- Atividades que assinalam datas comemorativas
- Jogos lúdicos
- Jogos de mesa e de tabuleiro

Agenda de Atividades Anual:

JANEIRO	De 02 a 31	Arte para Tod@s: Mês da Arquitetura	<p>a) <u>Atividades Outdoor</u> – Visita ao Santuário da Nossa Senhora do Samouco e ao Cristo Rei</p> <p>b) <u>Ateliês de expressão plástica</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>“Casas pelo mundo”</u> – construção de uma maquete (ou de uma
----------------	---------------	--	--

			casa em tamanho grande com divisões) para um momento de partilha intergeracional com a creche
	De 23 a 31	Arquitetura Intergeracional	a) Atividade Lúdico-recreativa – <u>“Casas pelo mundo”</u> b) Exposição intergeracional – expor a maquete e as fotografias da atividade “casas pelo mundo”
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
FEVEREIRO	De 1 a 28	Arte para Tod@s: Mês da Escultura	a) <u>Ateliês de expressão Plástica</u> – “A mexer vou construir...” – Construção de Cabeçudos b) <u>Atividade Outdoor</u> – Visita ao Jardim do Éden
	10	Escultores Intergeracionais	<u>Ateliê de desenvolvimento psicomotor e psicossocial</u> – “Escultores do novo século” – atividade com balões de modelar – em parceria com a EB nº 6 da Baixa da Banheira
	15	47º Aniversário do CRIBB	Comemoração em conjunto com a creche
	17	Comemoração do Carnaval na Comunidade	<u>Atividade Outdoor</u> – Assistir ao desfile de Carnaval
	20	Baile de Carnaval	Comemoração em conjunto com a creche
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
MARÇ	De 1 a 31	Arte para Tod@s: Mês do Teatro	a) <u>Ateliês de manualidades:</u>

			<ul style="list-style-type: none"> • construção de fantoches para os meninos da creche explorarem • Confeção de acessórios e indumentária ou cenário para utilizar na atividade <p>b) <u>Atividade Outdoor</u> – assistir a uma peça de teatro</p> <p>c) <u>Ateliê de estimulação cognitiva</u> – Sopa de Letras Temática</p>
	Dias 6 e 7	Comemoração do Dia Internacional da Mulher (dia 8)	Cartões com referências a personalidades femininas no mundo do cinema para colocar em flores para oferecer
	De 20 a 31	Comemoração do dia mundial do teatro	Assistir a uma peça de teatro dinamizada pela creche
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
ABRIL	3-28	Arte para Tod@s: Mês da Literatura	<p>a) <u>Ateliês de expressões</u>: Criação de suportes para leitura de uma história aos meninos da creche</p> <p>b) <u>Atividade Outdoor</u>: Passeio com Apresentação Literária à Biblioteca da Baixa da Banheira</p> <p>c) <u>Dinâmicas de grupo</u>: com recurso a livros de trava línguas, anedotas, adivinhas e provérbios</p> <p>d) <u>Ateliê de estimulação cognitiva</u> – Sopa de Letras Temática</p>
	3-28	Biblioteca do CRIBB	<u>Criação de uma biblioteca institucional</u> – atividade intergeracional que prevê a

			reformulação de mobiliário e a redecoração da sala de convívio
	3-5	Comemoração da Páscoa	<u>Ateliês de manualidades</u> : “Ovos literários” – Construção/decoração de ovos alusivos ao tema da Literatura para serem utilizados na atividade “Caça aos Ovos da Páscoa”
	6	Comemoração da Páscoa em Família	“Caça aos Ovos da Páscoa” – Comemoração em conjunto com a creche
	10-28	Apresentação literária	Leitura de uma história aos meninos da creche - “A cont@r eu conto...”
	21	“Projeto Escola a Ler”	Participação numa sessão do “Projeto Escola a Ler” com a EB nº 6 da Baixa da Banheira
	26-28	Comemoração do dia 25 de abril	<u>Ateliês de expressão escrita e plástica</u> com vista a decorar o salão com cravos/poemas e canções de abril
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
MAIO	2-31	Arte para Tod@s: Mês da Dança	<p>a) <u>Promoção de sessões de expressão rítmica temática</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zumba • Ritmos Africanos • Ritmos Latinos • Danças Tradicionais • Dança contemporânea e expressão emocional <p>b) Assistir a uma apresentação de um grupo de dança</p>

			<p>c) <u>Ateliê de estimulação cognitiva</u> – Sopa de Letras Temática</p> <p>d) <u>Promoção de 1 sessão intergeracional em parceria com a EB nº 6</u></p>
	2-31	Dança para Tod@s	“Dança comigo...” – aula de dança intergeracional com a creche
	20-27	Celebração do Dia da Família	Brunch em Família
	29 maio – 1 junho	Comemoração do Dia da Criança	Ateliês de expressão plástica – Criação de uma oferta à creche
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
JUNHO	29 maio – 1 junho	Comemoração do Dia da Criança	Ateliês de expressão plástica – Criação de uma oferta à creche
	1-30	Arte para Tod@s: Mês da Culinária	<p>a) <u>Ateliês de culinária</u> – “A Culinária também é uma arte...”</p> <p>b) <u>Ateliê de estimulação Cognitiva</u> – “Receitas Marotas”</p> <p>c) <u>Ateliê de Manualidades</u> – Flores de Pasta de Açúcar</p> <p>d) <u>Atividades Outdoor</u> – Visitar a fábrica de uma pastelaria</p> <p>e) <u>Ateliê de estimulação cognitiva</u> – Sopa de Letras Temática</p>
	2-30	Com alimentos também podemos criar arte	Atividade em conjunto com a creche
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos

JULHO E AGOSTO	Julho e Agosto	“Arte do Verão para tod@s”	<p>a) <u>Ateliês de expressão plástica</u> - “O Sol do Verão” – com vista à produção de elementos decorativos para o salão</p> <p>b) <u>Atividades Outdoor</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visitar jardins do concelho da Moita e Barreiro • Passeios pela Praia <p>c) <u>Ateliê de estimulação cognitiva</u> – Sopa de Letras Temática</p> <p>d) <u>Avaliação do Projeto com os utentes</u></p>
	Mês	Dias	Temática
SETEMBRO	De 02 a 31	Arte para Tod@s: Turismo	<p>a) Atividades Outdoor - Dinamização de um passeio cultural por semana</p> <p>b) Jogo da Forca – Tema: Cidades e monumentos</p> <p>c) Sopa de Letras – Tema: Monumentos</p> <p>d) Roteiro turístico – Online</p>
	22	Celebração do Dia Europeu sem Carros	Atividade Outdoor - aventura sobre Rodas em conjunto com a creche
	29	Celebração do Dia Mundial do Coração	Ação de sensibilização para a prevenção de doenças cardiovasculares
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
OUTUBRO	De 02 a 31	Arte para Tod@s: Cultura Popular	a) Celebração do Dia Mundial da Música – baile de música popular

			<p>b) Ateliês com jogos e desafios de provérbios e adivinhas</p> <p>c) Ateliês de Expressão Plástica - Decoração do salão com elementos da Cultura Popular Portuguesa</p> <p>d) Sessão de Cinema Português – “Aldeia da Roupa Branca”</p>
	De 02 a 06	Comemoração do Dia Internacional do Idoso (dia 1)	Atividade intergeracional com a creche – Jogos tradicionais
	17	Comemorar o Dia Mundial da Alimentação	Ação de sensibilização sobre a alimentação saudável em parceria com o ITAU
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
NOVEMBRO	De 01 a 30	Arte para tod@s: Artes e Ofícios	<p>a) Ateliês de manualidades:</p> <p>a. Bordados</p> <p>b. Barro</p> <p>c. Brinquedos artesanais</p> <p>b) Ateliês de Ofícios - Restauro de uma peça de mobiliário antiga</p>
	06	Comemorar o Dia Nacional do Cuidador Informal	A definir
	11	Celebração do Dia de S. Martinho	Comemoração em conjunto com a creche
Mês	Dias	Temática	Atividades/Eventos
DEZEMBRO	De 1 a 29	“Arte do Natal”	<p>a) Preparação das prendas de Natal para oferecer aos meninos da creche</p> <p>b) Ateliês de expressão plástica:</p>

			<ul style="list-style-type: none"> • Construção de cartões de Boas Festas
	A definir	Festa de Natal	A definir

1.2. 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.

Os serviços de SAD funcionam todos os dias da semana entre as 8 e as 21 horas. Temos protocolo de cooperação com o Instituto da Segurança Social para 73 utentes.

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 maus-tratos;
- 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.

1.2.1. Cuidados e serviços

- Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica;
- Cuidados de higiene e de conforto pessoal;
- Tratamento da roupa do uso pessoal do utente;
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Administração de medicação, quando prescrita pelo médico, sua preparação e/ou vigilância.

Para além deste apoio na satisfação de necessidades básicas, colaboramos no acesso a outros serviços fundamentais para o quotidiano:

- Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade;
- Serviço de teleassistência;
- Acompanhamento e transporte, a consultas assim como aos exames complementares de diagnóstico;
- Realização de atividades de motricidade e ocupacionais;
- Realização de pequenas reparações/modificações no domicílio;
- Apoio na aquisição de ajudas técnicas;
- Apoio psicossocial;
- Formação e sensibilização dos familiares e cuidadores informais para a prestação de cuidados aos utentes.

1.2.2. Acompanhamento Técnico e Social

a) Atendimento presencial e telefónico

- Atendimento/esclarecimento quanto ao funcionamento das respostas sociais
- Informação sobre apoios sociais
- Avaliação e diagnóstico das necessidades
- Processo de admissão
- Elaboração do processo e do plano individual de cuidados

b) Elaboração/monitorização do plano individual

- Avaliação das necessidades dos utentes
- Reunião com equipa multidisciplinar
- Elaboração do PI
- Monitorização e avaliação do PI

c) Visitas domiciliárias

- Acompanhamento individual e familiar numa lógica de proximidade
- Identificar as necessidades com vista à melhoria dos serviços prestados

- Elaboração conjunta do plano Individual de cuidados
- d) Articulação e sensibilização dos familiares
- Responder às necessidades da família/ proporcionando informação (descanso do cuidador)
 - Promover ações de sensibilização para utentes e familiares
 - Esclarecer dúvidas e cuidados a ter
 - Sensibilizar a família da necessidade de assegurar um contato mais próximo com o seu familiar
- e) Articulação com outras entidades da comunidade
- Desenvolver um trabalho em rede centrado no bem-estar do utente
 - Intervenção concertada na resposta às sinalizações
- f) Melhorar a qualidade dos serviços prestados
- Identificar as necessidades sentidas com vista à melhor organização do SAD
 - Aplicação de questionários de satisfação
 - Avaliação dos serviços prestados
 - Diagnóstico das necessidades
- g) Acompanhamento e supervisão dos serviços
- Avaliação dos serviços prestados aos utentes
 - Reuniões com equipas
 - Visitas domiciliárias
- h) Ações de formação interna
- Promover o desenvolvimento de competência junto da equipa de SAD
 - Motivar e qualificar a equipar
 - Promover o sentido de responsabilidade e profissionalismo

1.2.3. Animação/socialização

A equipa de SAD é empenhada e dedicada, e é a mesma que leva diariamente a cada domicílio um sorriso, uma palavra de conforto, carinho e boa disposição, que muitas vezes é a única ligação ao exterior.

Constatamos que alguns utentes necessitam também de quem os estimule para outros interesses e atividades, e neste sentido pretendemos lançar o projeto “Animarsad – Animação sob Rodas” no serviço de apoio domiciliário. Este novo projeto de animação e intervenção sociocultural pretende prestar outro tipo de apoio, de forma a minimizar os efeitos do isolamento.

Com uma intervenção individual especializada e um acompanhamento mais próximo ao utente, a nossa equipa técnica pretende estimular as capacidades necessárias para um processo de envelhecimento bem-sucedido, através da oferta de um conjunto de atividades que vão responder às necessidades, expectativas e potencialidade de cada utente.

Pretendemos que as atividades propostas para o domicílio incidam em três domínios:

1. Psicossocial
2. Intelectual/Cognitivo
3. Psicomotor

1 Domínio Psicossocial

No domínio psicossocial pretendemos ter em conta os benefícios do convívio social e da aproximação à comunidade, contribuindo para a aquisição de ganhos no processo de relacionamento interpessoal.

Focos de intervenção do domínio psicossocial no domicílio:

- Combater o isolamento
- Expressão verbal (oral e escrita)
- Integração social
- Autoestima

Aplicabilidade:

- Assinalar datas comemorativas
- Conversas temáticas
- Jogos de mesa/tabuleiro

2 Domínio Intelectual/Cognitivo

Tal como foi descrito em centro de dia, a Animação Intelectual/Cognitiva assume um papel preponderante no processo de envelhecimento ativo, sendo essencial para a reabilitação da pessoa idosa. Neste sentido, a nossa equipa técnica considera fundamental o desenvolvimento destas atividades também no domicílio.

Focos de intervenção do domínio Intelectual/Cognitivo no domicílio:

- Desenvolvimento de competências intelectuais e cognitivas
- Desenvolvimento de competências verbais e linguísticas
- Desenvolvimento de competências matemáticas
- Autonomia, atenção e concentração

Aplicabilidade:

- Ateliê de leitura e escrita
- Execução de exercícios
- Jogos de lógica
- Enigmas
- Origamis

3 Domínio psicomotor

Mais uma vez a prática regular de atividade física surge como o centro da autonomia e reabilitação motora, e de modo a garantir que o utente mantenha as suas capacidades físicas e funcionais, pretendemos disponibilizar no serviço de apoio domiciliário atividades de estimulação psicomotora que combatam os riscos associados ao sedentarismo.

Focos de intervenção do domínio psicossocial no domicílio:

- Treino de AVD's
- Promoção da autonomia, resistência e flexibilidade
- Desenvolvimento da coordenação e equilíbrio
- Treino da motricidade fina

Aplicabilidade:

- Ginástica geriátrica
- Ateliês de manualidades
- Jogos de estimulação da motricidade fina

1.3. CRECHE “OS NETINHOS”

A resposta social de creche é uma resposta social de natureza socioeducativa, vocacionada para o apoio à família e à criança, destinada a acolher crianças até aos 3 anos de idade, durante o período correspondente ao impedimento dos pais ou de quem exerça as responsabilidades parentais.

Temos protocolo de cooperação com o Instituto da Segurança Social para 33 utentes.

São objetivos da creche:

- a) Facilitar a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- b) Colaborar com a família numa partilha de cuidados e responsabilidades em todo o processo educativo;
- c) Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada criança;
- d) Prevenir e despistar precocemente qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;

- e) Proporcionar condições para o desenvolvimento integral da criança, num ambiente de segurança física e afetiva;
- f) Incutir hábitos de higiene e de defesa da saúde;
- g) Promover a articulação com outros serviços existentes na comunidade.

Serviços

A resposta social de creche presta um conjunto de atividades e serviços, adequados à satisfação das necessidades da criança e orientados pelo atendimento individualizado, de acordo com as suas capacidades e competências, designadamente:

- a) Nutrição e alimentação adequada, qualitativa e quantitativamente, à idade da criança, sem prejuízo de dietas especiais em caso de prescrição médica;
- b) Cuidados de higiene pessoal;
- c) Atividades pedagógicas, lúdicas e de motricidade, em função da idade e necessidades específicas das crianças;
- d) Disponibilização de informação à família, sobre o funcionamento da creche e desenvolvimento da criança;
- e) Período de permanência da criança na instituição até 12 horas de segunda a sexta-feira.

Projeto Anual

Na creche é importante proporcionar um ambiente tranquilo e afetivo de modo a complementar os cuidados, estímulos, laços afetivos que são iniciados em casa com a família. Assim, será primordial que a família e a escola envolvam a criança num ambiente harmonioso e seguro para que todas as aquisições e aprendizagens da criança sejam desenvolvidas da melhor forma.

É nossa intenção que a criança aprenda a conhecer, não só a si, como à sua família e aos outros, como também a interagir com o mundo que a rodeia. Assim, pretendemos proporcionar-lhe um ambiente que a estimule e incentive os seus interesses e curiosidade.

A criança atinge estes objetivos através da atividade lúdica e das suas descobertas no quotidiano. É de extrema importância favorecer um ambiente relacional seguro e acolhedor, em que a criança é valorizada e escutada e este deve ser sempre o objetivo primordial de quem trabalha numa sala em que as crianças ainda não se expressam totalmente através da sua voz, mas, sim, através dos sinais comportamentais que nos vão dando.

Tendo em conta de que fazemos parte de uma instituição com diferentes respostas sociais, e que fazemos questão de partilhar o nosso dia-a-dia com os utentes do centro de dia, ou como carinhosamente lhe chamamos, os “avozinhos do coração”, para nós fez todo o sentido procurar uma base de projeto que interligasse estas aprendizagens e partilhas pelo mundo das artes, uma temática que nos une e cativa a todos.

Arte para Todos – Cresce Arte em Mim

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. No primeiro ano letivo do projeto, vivenciamos as Artes através das 4 estações do ano, focando-nos nas obras de arte de vários pintores e escultores famosos. Neste segundo ano letivo de projeto, iremos vivenciar todas as formas de Arte, explorando em cada mês uma temática, que nos levará a experimentar a Arte como um todo.

Organizamos as temáticas das várias artes, e seus respetivos objetivos, da seguinte forma:

Música

- Reconhecer diferentes estilos musicais;
- 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;

- Aliar a música a outras artes, como a pintura.

Cinema e Fotografia

- Reconhecer alguns instrumentos típicos destas áreas, como a máquina fotográfica e a câmara de filmar;
- Utilizar a fotografia e a filmagem 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;
- Ajudar a compreender que aquilo que vivenciamos pode ficar gravado em fotografia ou filme;
- Elaborar um pequeno filme representativo das rotinas da creche.

Arquitetura

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

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.

Teatro

- Explorar as capacidades de dramatização e improvisação da criança;
- Promover o desenvolvimento ao nível da comunicação (verbal e não verbal);
- Desenvolver a noção de si e do outro;
- Desenvolver a capacidade de refletir em grupo.

Literatura

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

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.

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.

Em seguida, apresenta-se a agenda de atividades, que ajuda a enquadrar e compreender as atividades que serão dinamizadas ao longo do ano, de forma a implementar o projeto. Uma vez que, em creche, trabalhamos por ano letivo (entre setembro 2022 e agosto de 2023), ainda não nos foi possível planear os objetivos entre setembro e dezembro de 2023, pois serão relacionados com um novo projeto.

Mês	Temática	Atividade/Evento
Setembro	Adaptação	
1	Início do Ano Letivo	
13	creche encerrada	Feriado da Moita
22	Dia Europeu sem Carros	Aventura sobre Rodas – Em conjunto com o CD*
	Passeio do Outono com os “Avozinhos”	Em conjunto com o CD
Outubro	Arte para Todos: Mês da Música	
3	“O Concerto dos Netinhos”	Introdução ao tema com uma dramatização
4	Uma Aula de Música Especial	
	Instrumentos Musicais	Exploração e construção de instrumentos
	Músicas pelo Mundo	Exploração de sons, ritmos, estilos
	Aula de Expressão Musical Intergeracional	Em conjunto com o CD
31	Festa de Halloween	Baile das Bruxas e Lanche Assustador
Novembro	Arte para todos: Mês do Cinema	
7	“3, 2, 1... Ação!”	Introdução ao tema com uma dramatização
	O filme dos Netinhos	Filmagem de um dia na nossa creche
	Máquina de filmar... O que é isso?	Exploração de instrumentos de filmagem e fotos
	Sessão de cinema “à séria”!	
	Mostra de cinema Intergeracional	Em conjunto com o CD
11	Dia de S. Martinho	Comemoração em conjunto com o CD
16	Fotos de Natal	Sessão fotográfica com a HappyPhotos
21	Dia do Pijama	
Dezembro	Mês do Natal	
5	Hora do Conto: “O Natal está a chegar”	Introdução ao tema com uma dramatização
16	Festa de Natal	
23 a 26	creche Encerrada	
Janeiro	Arte para todos: Mês da Arquitetura	
2	creche Encerrada	
6	Dia de Reis	
9	“Vamos receber o Sr. Arquiteto”	Introdução ao tema com uma dramatização
	“A minha alegre casinha”	Construção de uma casa em conjunto com as famílias
	Casas pelo Mundo	Exploração de vários materiais para casas
	Exposição de Arquitetura Intergeracional	Atividade em conjunto com o CD
Fevereiro	Arte para todos: Mês da Escultura	
	“A mexer vou construir...”	Exploração de vários materiais de modelagem

15	47º Aniversário do CRIBB	Comemoração em conjunto com o CD
17	Desfile de Carnaval na Comunidade	
20	Baile de Carnaval	Comemoração em conjunto com o CD
21	creche encerrada	Entrudo
Março	Arte para todos: Mês do Teatro	
6	Teatro: O Capuchinho Vermelho	Introdução ao tema com uma dramatização
20	Dia do Pai	Pequeno-almoço especial com os Pais
	O Teatro vem à creche	
	Vamos ser alguém diferente!	Utilização de acessórios, confeção de peças de roupa de personagens
	Vamos mostrar o Teatro aos "Avozinhos"	Peça de teatro para os utentes do CD
Abril	Arte para todos: Mês da Literatura	
6	Caça aos Ovos da Páscoa	Comemoração em conjunto com o CD
10	"Recital de Poemas"	Introdução ao tema com uma dramatização
	O grande Livro da creche	Construção de um livro de histórias
	"Um livro velho torna-se novo"	Troca de Livros entre as crianças
	Projeto "Livro Vaivém"	Projeto em conjunto com as famílias para promoção da leitura
	Um cantinho de Leitura	Exploração de diversos livros, revistas, enciclopédias
	Projeto "Vamos à biblioteca!"	Dinamização de um espaço para biblioteca intergeracional
	"A contar eu conto..." – leitura dos "Avozinhos" para a creche	Atividade em conjunto com o CD
Maio	Arte para todos: Mês da Dança	
8	Dia da Mãe	Pequeno-almoço especial com as mães
	Danças pelo mundo	Exploração de vários tipos de dança
	Aula de Dança partilhada	Atividade em conjunto com o CD
27	Celebração do Dia da Família	Brunch em Família CRIBB
Junho	Arte para todos: Mês da Culinária	
1	Dia da Criança	
5	"Cozinhar é uma arte"	Introdução ao tema com uma dramatização
	Com alimentos também podemos criar arte	Atividade em conjunto com o CD
23	Festa do Final do Ano Letivo	
Julho	Viva o Verão!	
3 a 7	Semana de Praia	Sesimbra
	Piscina e jogos de água	
21	Festa de Finalistas (sala 24-36 meses)	
25	Reunião de Pais - Berçário	

26	Dia dos Avós	
27	Reunião de Pais – sala 12-24 meses	
Agosto	Toca a brincar!	
	Brincadeiras livres no exterior	
16 – 31 Agosto	creche encerrada	Férias de Verão

* CD – centro de dia do CRIBB

** Devido à incerteza provocada pela pandemia mundial de COVID-19, as atividades estão sujeitas a alterações ou cancelamentos, tendo em conta a adaptação às normas em vigor.

2- Reforçar, consolidar e diversificar a aposta na melhoria da qualidade dos serviços prestados

2.1 CANTINA SOCIAL

O CRIBB mantém ativo o Protocolo de cantina social com o Instituto de Segurança Social, sendo uma resposta de apoio à comunidade. 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 beneficiários 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, despejo, 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.

Sempre que solicitado, os técnicos fazem atendimentos para esclarecimentos e encaminhamentos para outros serviços.

2.2. 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. Apesar da evolução favorável da situação epidemiológica no nosso país e a progressiva normalidade em geral, o número de destinatário não foi alterado, mantendo o CRIBB o apoio a 200 indivíduos podendo atingir os 220.

O protocolo tem data de conclusão a 31/01/2023, prevendo-se a prorrogação do programa não se sabendo até quando.

O POAPMC foi criado em 2015 e 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.

Aguardamos a implementação da medida 3 do programa “Fornecimento de géneros alimentares às pessoas mais carenciadas”, mediante utilização de cartões eletrónicos, nos estabelecimentos comerciais aderentes». Esta medida será regulada pela Portaria n.º 42/2022, de 19 de janeiro que procede à quinta alteração ao regulamento geral do Fundo de Auxílio Europeu às Pessoas Mais Carenciadas e à regulamentação específica do Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas em Portugal.

Com esta medida pretende-se operacionalizar a atribuição de apoio alimentar aos destinatários do POAPMC, por meio da atribuição e carregamento de cartões eletrónicos.

Este apoio reforça o respeito pela dignidade da pessoa humana, através da não estigmatização dos destinatários e visa incentivar a autodeterminação e o desenvolvimento de competências sociais dos destinatários, conferindo às famílias mais carenciadas a possibilidade de gerirem o orçamento que lhes é atribuído, planearem refeições e selecionarem os alimentos mais adequados às suas preferências, ainda que sujeitos a medidas de acompanhamento específicas que sensibilizem para as questões relacionadas com a alimentação saudável e nutricionalmente equilibrada.

Os destinatários finais do presente Programa serão os indivíduos e ou famílias que se encontrem em situação de carência económica, de acordo com os critérios em vigor, em cada momento, no âmbito do subsistema de ação social e não é cumulável, para o mesmo período de tempo, com outros apoios integrados em programas ou medidas que contemplem fins idênticos.

Os dois modelos de distribuição irão coexistir a distribuir direta (distribuição de produtos alimentares, o que encontra atualmente a decorrer) e de distribuição indireta (cartão social).

2.3. Renovação da frota automóvel

Pretendemos continuar a renovação da nossa frota automóvel com a aquisição de mais duas viaturas.

2.4. 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.

Iremos manter a atribuição de um seguro de saúde aos trabalhadores da instituição que cumpram os requisitos de antiguidade e assiduidade, contribuindo, deste modo, para

melhorar o acesso aos cuidados de saúde dos nossos trabalhadores com custos reduzidos.

2.5. Apostar nas 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- Reforçar dinâmicas, iniciativas e benefícios direcionados para os sócios

3.1. Grupo coral Amizade

Em 2023 esperamos que a normalidade se imponha paulatinamente e permita o regresso a um aumento de atividades e participações do nosso grupo coral em eventos da comunidade e no CRIBB.

3.2. Encontros de grupos corais

Após três anos de interregno pretendemos realizar uma nova edição de encontro dos grupos corais durante o ano de 2023.

3.3. Atividades de caráter culturais e lúdicas

Vamos manter a programação de atividades culturais e lúdicas para os nossos utentes e sócios.

3.4. Postal de aniversário

Pretendemos manter o envio de postais de aniversário aos nossos sócios num gesto simbólico de reconhecimento pela sua ligação à nossa instituição.

3.5. Parcerias

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

4- Reforçar os laços com a comunidade

Em 2023 continuaremos a desenvolver um trabalho em rede com as diferentes entidades que atuam na nossa comunidade, tanto no setor social, público ou privado: 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.

Conselho Local de Ação Social do Barreiro

Continuaremos a colaborar no Conselho Local de Ação Social do Barreiro colaborando ativamente nos grupos de trabalho.

Projeto Bytes D’Afeto

No âmbito da nossa participação enquanto entidade parceira da candidatura efetuada às Operações Integradas em Comunidades Desfavorecidas do Município da Moita: OIL – Vale da Amoreira – Baixa da Banheira apresentámos um projeto de inclusão digital para a população sénior em particular, mas, também, para outros públicos desfavorecidos. O desenvolvimento do projeto está dependente da necessária aprovação e posterior articulação com os diferentes parceiros. Terá como horizonte de execução os próximos três anos.

O projeto pretende ser promotor do envelhecimento ativo e saudável ao englobar os seguintes eixos de intervenção complementares que contribuem para o bem-estar e melhoria da qualidade de vida do idoso:

- Capacitação através da formação básica em TIC;
- Criação de projetos audiovisuais;
- Promoção da funcionalidade através de programa de estimulação;

Compreende a remodelação e adaptação de uma sala, a aquisição de equipamentos informáticos e audiovisuais e a dinamização de sessões de formação intergeracionais em TIC (Office, internet, Redes Sociais) e de sessões experienciais de introdução às técnicas da linguagem audiovisual (fotografia e filme) que visam capacitar para o uso autónomo de ferramentas digitais e sessões de estimulação cognitiva com recurso a software especializado.

Bolsa de estudo

Durante o ano de 2023 pretendemos estudar a atribuição de uma bolsa de estudo para um estudante da nossa freguesia que se encontre a frequentar um curso de ensino superior na área das ciências sociais.

Esta bolsa será objeto de regulamento e tem como objetivo o reconhecimento do mérito de um jovem da nossa freguesia assim como valorizar os estudos na área das ciências sociais.

5- Reforçar a comunicação externa

Continuaremos a manter a nossa aposta de divulgação através da parceria com o jornal Rostos, através da colocação de um *banner* na sua página online e anúncio nas edições em papel.

Continuaremos a produzir notas à imprensa sempre que consideremos oportuna a divulgação de atividades desenvolvidas pela nossa instituição.

Prosseguiremos, como tem sido prática, o envio regular de newsletters aos nossos sócios mantendo-os informados da vida da nossa associação.

Manteremos a dinamização da nossa página de internet, tornando-a mais atrativa. Pretendemos explorar novas formas de comunicação como seja a página de Facebook, Instagram, etc.

6- Reforçar a capacitação dos recursos humanos

Continuaremos a proporcionar formações regulares aos nossos trabalhadores que permitam o reforço das suas competências. Para a nossa equipa da resposta social de creche pretendemos abordar diversas temáticas de formação (algumas com ações já em 2022):

Comunicação e relacionamento interpessoal

Saúde em ambiente escolar

Higiene em contexto de creche

Desenvolvimento infantil

Higiene e Segurança no trabalho

Violência infantil

Ferramentas Pedagógicas

Psicologia Positiva

Mindfulness no contexto de trabalho

Para as respostas sociais de intervenção com idosos pretendemos proporcionar as seguintes formações:

Ação de Formação	Objetivos
Transferências, mobilidade e posicionamentos	Prevenir situações de lesões e acidentes, melhorar a qualidade de vida dos utentes
Trabalho em equipa e relações interpessoais	Reforçar o trabalho em equipa, reconhecer a importância das relações interpessoais para o desempenho da atividade
Estratégias para a abordagem da doença mental no Idoso	Melhorar os conhecimentos na abordagem com pessoas com demência
Cuidados de higiene e de imagem	Relembrar e adquirir conhecimento de cuidados de higiene e conforto
Comunicação com o utente e famílias	Aplicar técnicas de comunicação escrita e oral no âmbito do desenvolvimento da atividade
Controle emocional e postura profissional	Reforçar a importância de manter o controlo emocional no trabalho
Primeiros socorros	Saber técnicas de socorrismo e conhecimento gerais em situações de risco
Utilização de extintores	Capacitar os colaboradores da utilização de extintores
Cuidados às pessoas com diabetes	Melhorar as competências dos colaboradores nos cuidados às pessoas idosas com Diabetes
Ostomização	Cuidados prestados à pessoa ostomizada
Violência contra idosos	Identificar os conceitos e princípios fundamentais relacionados com a prevenção da negligência, abuso e maus tratos
Higiene e segurança no trabalho	Conhecer os conceitos relacionados com a segurança, higiene e saúde no trabalho

Prevenção de quedas - e adaptações em casa	Desenvolver conhecimentos que permitam identificar os principais fatores de risco de quedas e medidas de prevenção
Úlceras de pressão - prevenção e sinais	Desenvolvimento de estratégias que promovam a prevenção
Segurança Alimentar	Conhecer as normas de higiene alimentar, higiene e desinfecção das instalações, equipamentos e utensílios
Boas práticas de higiene e apresentação pessoal, e utilização obrigatória e adequada dos EPI's	Promover boas práticas de higiene pessoal, Reforçar a importância dos equipamentos de proteção individual e coletiva
Registos de cuidados e plano individual de cuidados	Melhorar os conhecimentos sobre os registos e identificação dos serviços prestados

7- Avaliação do Orçamento para 2023

Após o detalhe da informação partilhada acima sobre as linhas de orientação e atuação prevista para o ano de 2023, é importante aflorar de que forma financeiramente conseguiremos dar suporte a tudo o que para trás foi devidamente mencionado.

A Direção considera que a proposta previsional do orçamento para o ano de 2023 é equilibrada e exequível, possibilitando o necessário e importante rigor orçamental, na importante garantia da sustentabilidade financeira da instituição e nos projetos estruturantes que pretende vir a concretizar a medio prazo, mas necessariamente em sintonia 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 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 em termos de pandemia e com algum fator de incerteza que 2022 possa trazer devido à inflação.

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, traduz na sua própria designação que se trata de uma previsão financeira da Direção, a qual naturalmente procurará dar continuidade a uma gestão empenhada e atenta no cumprimento dos seus serviços e no bem-estar e proteção dos utentes e trabalhadores, numa aposta na sua boa concretização que traduzirá um resultado líquido do exercício previsto para o próximo ano positivo.

Esta previsão positiva, não ignora o cenário de alguma incerteza que a conjuntura pandémica e também económica do país devido ao crescente fator inflacionário dos preços dos produtos, em que somente no final do ano de 2023 será possível comprovar o seu sucesso.

No entanto, não podemos deixar de referir que a concretização do resultado positivo que se prevê para 2023 só será possível alcançar com o importante trabalho de rigor e exigência a ser efetuado não somente pela Direção, mas com a relevante participação e empenho de todos os Corpos Gerentes e trabalhadores, os quais dão o seu melhor no dia a dia de trabalho em prol de todos os utentes do CRIBB.

Para o ano de 2023 existe a previsão da manutenção das principais receitas, as quais estão essencialmente suportadas pelas contribuições provindas dos acordos com a Segurança Social e também dos serviços prestados aos nossos utentes. Do lado da despesa são as rubricas dos serviços 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 advém do fator da inflação e da subida generalizada dos preços dos produtos que necessitamos para o bom funcionamento da instituição, do aumento do salário mínimo nacional e, conseqüentemente, de uma nova revisão do CCT.

Assim, resumidamente prevê-se um resultado líquido positivo de 68 219 €, com um total de gastos de 986 794 € e de rendimentos de 1 055 013 €, discriminada na nota explicativa que se partilha em seguida:

CENTRO REFORMADOS E IDOSOS DA BAIXA DA BANHEIRA

Nota Explicativa à Conta de Exploração Previsional para 2023 RENDIMENTOS

71	Vendas		0 €
72	Prestações de serviços		295 575 €
721	Quotas dos utilizadores, Matrículas e Mensalidades		289 737 €
72111	Creches	30 057 €	
72142	Centros de Dia	76 848 €	
72143	Apoio Domiciliario	182 832 €	
722/728	Outros Serviços		5 838 €
722	Quotizações e Jóias	3 286 €	
725	Serviços secundários	2 552 €	
72505	Música	2 552 €	
75	Subsídios, doações e legados à exploração		721 755 €
751	Subsídios das Entidades Públicas		680 421 €
7511	Instituto Solidariedade Segurança Social	680 421 €	
75111111	Creches	156 825 €	
75111214	Cantina Social	44 100 €	
751112142	POAPMC	1 080 €	
75111412	Centros de Dia	100 800 €	
75111414	Apoio Domiciliario	377 616 €	
751	Subsídios de outras entidades		39 137 €
7513	Autarquias	3 750 €	
7515	Reembolso IIEFP	30 260 €	
751802	Banco Alimentar - POAPMC	5 127 €	
753	Doações e heranças		2 197 €
753101	Donativos Fiscais em Dinheiro	0	
753102	Donativos Não Fiscais em Dinheiro	1 152 €	
753103	Donativos em espécie	1 045 €	
78	Outros rendimentos		37 535 €
781	Rendimentos suplementares	11 533 €	
781902	Reembolsos Diversos	882 €	
781905	Alimentação em espécie	8 990 €	
781907	Produtos p/ utentes	1 274 €	
781908	Cantina Social - Uteses	387 €	
788	Outros	12 676 €	
7883	Imputação de subsídios para investimentos	12 676 €	
7882-7884/7887	Rendimentos e ganhos em activos	13 326 €	
7885	Restituição de impostos	13 326 €	
7888	Outros não especificados	0 €	
79	Juros e Outros rendimentos similares		148 €
791	Juros obtidos	148 €	
Total de rendimentos anuais:			1 055 013 €

Nota Explicativa à Conta de Exploração Previsional para 2023

GASTOS

61	Custo Merc. vendas e Consumidas	2 041 €
62	Fornecimentos e serviços externos	332 650 €
621	Subcontratos	197 302 €
6211	Exploração Refeitórios e Fornecimento Alimentação	197 302 €
622	Serviços especializados	53 744 €
6221	Trabalhos especializados	6 989 €
6222	Publicidade e Propaganda	1 339 €
6224	Honorários	14 449 €
6225	Comissões e Serviços Bancários	291 €
62261	Conservação Reparação	15 476 €
62262	Conservação Reparação - Viaturas	8 281 €
62263	Contratos de Manutenção	5 697 €
6228	Serviços de Desinfestações	1 222 €
623	Materiais	6 857 €
6231	Ferramentas e utensílios de desgaste rápido	2 075 €
6232	Livros e documentação técnica	0 €
6233	Material de escritório	1 282 €
6234	Artigos para oferta	300 €
6235	Material Didatico	878 €
6237	Material Hoteleiro	2 322 €
624	Energia e fluidos	37 260 €
6241	Electricidade	15 265 €
6242	Combustíveis	12 109 €
6243	Água	5 542 €
6244	Outros Fluidos	4 344 €
625	Deslocações, estadas e transportes	1 438 €
62511	Pessoal	210 €
62512	Utentes	1 223 €
62514	Portagens e Parqueamento	5 €
626	Serviços diversos	35 687 €
6262	Comunicação	4 491 €
6263	Seguros	5 079 €
6267	Limpeza, higiene e conforto	24 053 €
626801	Outros	1 032 €
626803	Serviços Fotograficos e afins	0 €
626807	Serviços de Jardinagem , Flores e Afins	294 €
626808	Artigos de Retrosaria e Tecidos	727 €
626815	Artigos de Drogaria e Ferragens	0 €
626816	Festas Eventos e Comemorações	0 €
626820	Artigos Decoração	11 €
6269	Rouparia	0 €
627	Encargos com os Utentes	362 €
6271	Vestuários Utentes	101 €
6272	Encargos de Saude com Utentes	261 €



Plano de ação | 2023

63	Gastos com o Pessoal	625 921 €
632	Remuneracoes do Pessoal	483 885 €
6321	Remuneracoes Certas	436 277 €
6322101	Subsdios de Alimentação	29 766 €
6322102	Abono para Falhas	319 €
6322104	Subsidio Alimentação em Espécie	0 €
6322201	Outras Remunerações Adicionais	17 523 €
635	Encargos sobre remunerações	101 404 €
6352	Seguranca Social S/Remun. Pessoal	101 197 €
6358	Fundo Garantia Compensação do Trabalho	207 €
636	Seguros de acidentes no trabalho e doenças profiss	7 950 €
638	Outros gastos com o pessoal	32 682 €
63801	Outros gastos	0 €
63802	Formacao Profissional	1 110 €
63803	Medicina do Trabalho, Higiene e Segurança	3 500 €
63806	Vestuario e Calçado	2 500 €
6381502	CEI +	25 572 €
64	Gastos de depreciação e de amortização	26 182 €
68	Outros gastos	0 €
688	Outros	0 €
68115	Taxa Social * Trabalhadores Independentes	0 €
6881	Correcções relativas a períodos anteriores	0 €
6883	Quotizações	0 €
69	Gastos de Financiamento	0 €
691	Juros Suportados	0 €
6911	Juros de fianciamentos obtidos	0 €
Total de gastos anuais:		986 794 €
Resultado de Exploração Previsional		68 219 €