



CENTRO SOCIAL DE AMARELEJA
LAR DR. DOMINGOS PULIDO GARCIA
Rua da República, nº 10
7885-039 AMARELEJA



Centro Social de Amareleja
PLANO DE ATIVIDADES
2016



Índice

Introdução	4
1. Missão, Visão e Valores	5
2. As respostas sociais	6
2.1 Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.....	6
2.2 Serviço de Apoio Domiciliário	7
2.3 Centro de Dia.....	9
3. Atividades a Desenvolver	10
3.1 Atividades Sócio – culturais e atividade física	10
3.2 Atividades de Enfermagem e Terapia Ocupacional	14
3.3 Atividades de Apoio à Comunidade	15
4. Intervenções de suporte aos serviços	16
4.1 Organização dos serviços	16
4.2 Sustentabilidade da Instituição	18
5. Recursos Físicos e Logísticos	19
5.1 Instalações e Equipamentos.....	19
5.2 Viaturas e transporte.....	19
6. Acordos/Parcerias	19
Conclusão	20

Introdução

O **Centro Social de Amareleja** é uma IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social), sem fins lucrativos, uma associação inaugurada em 05/11/1997 que tem como objetivo o apoio à terceira idade, sendo a sua principal área de atuação na freguesia de Amareleja. O Centro Social de Amareleja - Lar Dr. Domingos Pulido Garcia está sedado na Rua da República nº10, freguesia de Amareleja, concelho de Moura e distrito de Beja, um meio rural com população maioritariamente idosa e empobrecida.

Atualmente desenvolve as seguintes respostas sociais:

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas com uma capacidade para alojar 55 clientes, com 39 vagas compartilhadas pelo Instituto da Segurança Social;

A resposta social de Centro de Dia com capacidade para 25 clientes e Acordo de Cooperação para 16;

A resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário com capacidade e Acordo de Cooperação para 30 clientes.

No presente documento apresenta-se o Plano de Atividades traçado para o ano de 2016, que se pretende ser um instrumento de trabalho para garantir uma prestação de serviços com qualidade, aliada a uma sustentabilidade económico-financeira do Centro Social de Amareleja.

Para o ano de 2016 a Direção prevê:

- Prestar serviços de qualidade nas respostas sociais de ERPI, CD e SAD;
- Controlar com rigor os custos e aumentar fontes de receitas;
- Consolidar práticas organizativas com base nos Manuais de Qualidade da Segurança Social e lei em vigor;
- Aumentar a qualificação dos recursos humanos;
- Reduzir custos de eletricidade e gás através do uso das energias renováveis.

1. Missão, Visão e Valores

O Centro Social de Amareleja possui várias áreas de atuação, entre elas uma Equipa Técnica constituída por vários profissionais de várias áreas (serviço social, animação sociocultural, sociologia, enfermagem, nutrição e terapia ocupacional), pautando a sua intervenção numa abordagem sistémico – ecológica, onde se acredita nas capacidades e recursos dos seus clientes, maximizando o crescimento e o desenvolvimento da pessoa, melhorando o seu ambiente e assim proporcionar qualidade de vida a todos os que a nós recorrem.

Missão: O Centro Social de Amareleja tem como missão desenvolver a intervenção na área social através do desenvolvimento de respostas e serviços adequados às necessidades de todos, ao longo do seu percurso de vida, promovendo o seu bem-estar físico, psicológico e social.

Visão: Prestar um serviço cada vez mais qualificado e certificado nas respostas que desenvolve, tendo sempre em conta a satisfação das necessidades dos clientes, com base no cumprimento da legislação em vigor.

Valores:

- Inovação- Intervir de forma empreendedora, implementando respostas adaptadas às necessidades;
- Solidariedade- Acolher, de forma solidária, todos os que recorrem aos seus serviços, respondendo às suas necessidades;
- Confiança- Criar e manter um ambiente de confiança mútuo entre todos, inspirando-se na generosidade, partilha e respeito pelas necessidades de cada um;
- Respeito- Preservar e respeitar os valores humanos, estilo de vida, idade, sexo, orientação sexual, cultura, etnia, religião, privacidade e dignidade de cada um;
- Ética- Coerência e rigor nas ações profissionais;
- Humildade- Capacidade de conhecimento de si próprio, aceitação do outro e consequente mudança;
- Justiça- Igualdade de oportunidades para todos, tendo em conta os direitos e os deveres de cada um.

2. As respostas sociais

2.1 Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

A Resposta Social de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) tem como objetivos: - proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas; - contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo, criando condições que permitam preservar e incentivar a relação intrafamiliar; - promover a integração social.

Objetivo	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Prazo
Prestar os serviços de ERPI de acordo com a legislação em vigor e normas da Segurança Social	Alojamento, cuidados pessoais e de imagem, tratamento de roupa, higienização dos espaços	Direção, Direção Técnica, Equipa Técnica, Encarregada Geral e colabores de ERPI	De janeiro a dezembro de 2016
	Cuidados de enfermagem diários		
	Cuidados médicos semanais e em caso de SOS		
	Apoio ao exterior, aquisição de bens e serviços		
	Atividades sócio culturais, lúdicas e de actividade física		
	Apoio psicossocial/terapia ocupacional		
Divulgar os serviços da instituição	Atendimento ao público em geral e futuros clientes	Direção, Direção Técnica, Equipa Técnica, Administrativa e Rececionista	De janeiro a dezembro de 2016
	Divulgação de atividades e serviços no site de internet e página do Facebook		
Melhorar a	Promoção de reuniões de Equipa Técnica	Direção Técnica, Equipa Técnica	De janeiro a

organização dos serviços prestados	Promoção de reuniões com colaboradores de ERPI/Direção Técnica e Coordenação Recursos Humanos	e colaboradores de ERPI	dezembro de 2016
	Promoção de reuniões de Direção/Direção Técnica e Equipa Técnica	Direção, Direção Técnica e Equipa Técnica	De janeiro a dezembro de 2016
Garantir a prestação de serviços com qualidade	Identificar as necessidades dos clientes em ERPI	Direção Técnica e Equipa Técnica	De janeiro a dezembro de 2016
	Elaborar Plano Individual de Cuidados e Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal		

2.2 Serviço de Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a famílias/indivíduos que não possam assegurar temporária ou permanentemente a satisfação das suas necessidades básicas ou atividades da vida diária.

Objetivo	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Prazo
Prestar o SAD de acordo com a legislação em vigor e orientações da Segurança Social	Fornecimento e apoio às refeições; cuidados de higiene pessoal diários ou semanais; tratamento de roupa e higiene habitacional	Direção, Direção Técnica, Equipa Técnica, Encarregada Geral e colabores de SAD	De janeiro a dezembro de 2016
	Apoio ao exterior, aquisição de bens e serviços		
	Organização de atividades socioculturais na sede do CSA		
	Apoio psicossocial/terapia ocupacional		

Centro Social de Amareleja – Plano de Atividades - 2016

Acompanhar o cliente/ cooperar na identificação das suas necessidades	Visita de Direção Técnica e/ou elemento Equipa Técnica para identificar as necessidades dos clientes	Direção Técnica, Equipa Técnica e colaboradores de SAD	De janeiro a dezembro de 2016
	Programação dos cuidados e serviços a prestar		
Divulgar os serviços da instituição	Atendimento ao público em geral e futuros clientes	Direção, Direção Técnica, Equipa Técnica, Administrativa e Rececionista	De janeiro a dezembro de 2016
	Visita a potenciais clientes para divulgação dos serviços e outras informações		
Melhorar a organização dos serviços prestados	Promoção de reuniões de Equipa Técnica	Direção Técnica, Equipa Técnica e colaboradores de SAD	De janeiro a dezembro de 2016
	Promoção de reuniões com colaboradores de SAD/Direção Técnica e Coordenação Recursos Humanos		
	Aprovação do Regulamento Interno para a resposta social de SAD, de acordo com a legislação em vigor	Direção, Direção Técnica e Coordenadora Recursos Humanos	1º Trimestre de 2016
	Apostar na polivalência dos colaboradores que integram a equipa.	Direção, Direção Técnica, Coordenadora de Recursos Humanos e colaboradoras de SAD	1º Semestre de 2016

2.3 Centro de Dia

A resposta social de Centro de Dia tem como objetivos dar resposta às necessidades das pessoas idosas da freguesia de Amareleja, prestar apoio psicossocial e fomentar relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento.

Objetivo	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Prazo
Prestar a Resposta Social de Centro de Dia de acordo com a legislação em vigor e orientações da Segurança Social	Promover a permanência do cliente, durante o dia, nas instalações da Instituição, assegurando a higiene pessoal, tratamento de roupa, refeições diárias, administração de medicação e transporte, se solicitado	Direção, Direção Técnica, Equipa Técnica, Encarregada Geral e Colaboradores de Centro de Dia	De janeiro a dezembro de 2016
	Promover atividades socioculturais e atividade física		
	Apoio psicossocial/terapia ocupacional		
Divulgar os serviços da instituição	Atendimento ao público em geral e futuros clientes	Direção, Direção Técnica, Equipa Técnica, Administrativa e Rececionista	De janeiro a dezembro de 2016
Garantir a prestação de serviços com qualidade	Identificação das necessidades dos clientes	Direção Técnica e Equipa Técnica	De janeiro a dezembro de 2016
	Programação dos cuidados e serviços		
Melhorar a organização dos serviços prestados	Promoção de Reuniões de Equipa Técnica	Direção Técnica, Equipa Técnica, Encarregada Geral e colaboradores de Centro de Dia	De janeiro a dezembro de 2016
	Promoção reuniões com colaboradores de Centro de Dia/Direção Técnica, Coordenação Recursos Humanos e Encarregada Geral		

3. Atividades a Desenvolver

3.1 Atividades Sócio – culturais e atividade física

Objetivo	Ação a Desenvolver	Periodicidade	Recursos Humanos	Prazo
Promover atividade física na 3ª idade	Atividades de reabilitação física/motora	Bissemanal	Animadora Sociocultural e Terapeuta Ocupacional	De janeiro a dezembro de 2016
Promover atividades socioculturais e lúdicas/recreativas	Atividades de expressão plástica	Semanal	Animadora Sociocultural e outros colaboradores a designar	
	Atividades de reabilitação cognitiva, motora e sensorial para dependentes	Semanal	Animadora Sociocultural e Terapeuta Ocupacional	
	Ateliê de informática	Mensal	Animadora Sociocultural e outro/s elemento/s Equipa Técnica ou outros a designar	
	Ateliê de costura			
	Ateliê de culinária			
	Ateliê de escrita			
	Ateliê de expressão musical			
	Atividades individuais em SAD	Semanal		
	Ateliê de estética	Semanal		
Comemoração dos aniversários dos clientes	Mensal			

Centro Social de Amareleja – Plano de Atividades - 2016

Comemorar Festividades	Dia de Reis	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, Grupo Coral convidado	janeiro de 2016
	Dia Mundial do Doente	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores	fevereiro de 2016
	Dia dos Namorados	Anual		
	Lanche convívio de Carnaval	Anual		
	Dia Internacional da Mulher	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores	março de 2016
	Dia do Pai			
	Chegada da Primavera			
	Dia da Arvore			
	Dia Internacional da Poesia			
	Romaria de 2ª Feira de Páscoa	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores e elementos da Escola Segura GNR	abril de 2016
	Dia Internacional do Livro			
	Dia da Segurança			
	Dia Internacional da Dança			
	Dia da Mãe	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, pároco, irmãs “Servas Nossa Senhora de Fátima”, familiares de clientes	maio de 2016
Dia da Nossa Senhora de Fátima				
Dia Internacional da Família				

Centro Social de Amareleja – Plano de Atividades - 2016

Comemorar Festividades	Dia Internacional da Criança	Anual	Animadora sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, Direção “Colégio Atlântico” e Junta de Freguesia de Amareleja	junho de 2016
	Dia Mundial do Ambiente		Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, ISNS Fátima,	
	Mastro de S. João		Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores,	
	Dia dos Avós	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, Pólo Ludoteca de Amareleja	julho de 2016
	Dia Internacional do Amigo			
	Dia Nossa Senhora da Assunção	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores.	agosto de 2016
Dia Internacional da Fotografia				
Dia Mundial do doente de Alzheimer	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores.	setembro de 2016	
Comemorar Festividades	Mês do Idoso (várias atividades a decorrer durante todo o mês de Outubro)	Anual	Direção, Animadora Sociocultural / Equipa Técnica, Encarregada Geral, Administrativa e outros colaboradores e parceiros	outubro de 2016
	Semana da Alimentação			
	Dia Internacional da Terapia Ocupacional			
	Dia de Todos os Santos	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores.	novembro de 2016
	Dia de S. Martinho			

Centro Social de Amareleja – Plano de Atividades - 2016

	Dia Mundial da Diabetes			
	Participação na Feira Anual do Vinho e da Vinha	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, Junta de Freguesia de Amareleja, CMM e outras parcerias.	dezembro de 2016
	Festa de Natal			
Reviver experiências do passado e partilha de saberes; promover momentos de lazer	Passeio à Ovibeja	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, Junta de Freguesia de Amareleja.	abril de 2016
	Visita à Feira de Moura	Anual		maio de 2016
	Visita à Feira de Moura	Anual		setembro de 2016
Promover momentos de lazer conhecendo o país	Passeio a designar	Anual	Animadora Sociocultural / Equipa Técnica e outros colaboradores, Junta de Freguesia de Amareleja.	julho de 2016
	Passeio a designar	Anual		agosto de 2016

As atividades semanais estão distribuídas de 2ª a 6ª Feira, sendo que os ateliês mensais irão decorrer de acordo com a disponibilidade de horário e nº de participantes. A celebração do Dia Internacional da Família será comemorada num fim-de-semana no mês de maio.

3.2 Atividades de Enfermagem e Terapia Ocupacional

Objetivo	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Prazo
Prestar serviços diários ao nível dos cuidados de enfermagem	Avaliação de Glicémia Capilar	Enfermeira, auxiliar de gabinete médico, Ajudantes de Ação Direta	De janeiro a dezembro de 2016
	Administração de insulina conforme Esquema Terapêutico		
	Monitorização de Sinais Vitais (tensão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória, temperatura e dor)		
	Medidas de avaliação e controlo de dor		
	Preparação e administração de terapêutica		
	Administração de vacina da gripe		
	Realização de pensos		
	Realização de Aerosolterapia		
	Realização de posicionamentos e mobilizações		
	Colocação de sonda retal, vesical e nasogástrica		
Ensinos sobre mobilizações, posicionamentos e cuidados básicos aos idosos			
Prestar serviços de Terapia Ocupacional	Tratamentos de reabilitação físico/motora	Terapeuta ocupacional e/ou outros colaboradores	De janeiro a dezembro de 2016
	Sessões de reabilitação cognitiva		
	Adaptação/Utilização de ajudas técnicas para prevenção de úlceras de pressão		
	Treino de AVD's		
	Treino de Marcha		
Promover cuidados médicos	Consultas médicas bissemanais e/ou em caso de urgência	Médico de clínica geral	De janeiro a dezembro de 2016

3.3 Atividades de Apoio à Comunidade

Objetivo	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Prazo
Apoiar famílias carenciadas da Freguesia de Amareleja	Distribuição de géneros alimentares através do programa FEAC 2016, às famílias carenciadas referenciadas pela Segurança Social.	ISS, Direção Técnica, Equipa Técnica e outros colaboradores	A definir pelo ISS – Centro Distrital de Beja
Apoiar idosos e famílias	Apoio informativo no acesso a direitos, bens e serviços	Direção Técnica, Equipa Técnica, administrativa	De janeiro a dezembro de 2016
Prestar serviços de Terapia Ocupacional a sócios do Centro Social de Amareleja	Promoção de sessões de Terapia Ocupacional (reabilitação física e cognitiva)	Terapeuta Ocupacional	De janeiro a dezembro de 2016
Promover Curso de Formação Profissional para ativos desempregados	Candidatura a projeto na área da formação como Entidade Promotora, através do Portugal 2020	Direção e empresa externa selecionada	De janeiro a dezembro de 2016

4. Intervenções de suporte aos serviços

4.1 Organização dos serviços

Objetivo	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Prazo
Manter a organização dos serviços prestados ao nível do controlo alimentar	Manutenção do HACCP- segurança alimentar	Direção, Técnica Superior de Nutrição, empresa externa	De janeiro a dezembro 2016
	Controlo das dietas dos clientes		
Promover a formação profissional dos colaboradores	Candidatura a projeto na área da formação como Entidade Promotora através do Portugal 2020	Direção, Coordenadora Recursos Humanos,	De janeiro a dezembro 2016
	Formação Modular através de outras entidades formadoras	Direção Técnica, empresa externa selecionada e colaboradores	
Apresentar candidaturas a programas ocupacionais, estágios profissionais e/ou	Candidatura on line na plataforma do IEFP	Direção, Direção Técnica, Coordenadora Recursos Humanos, Administrativa	De janeiro a dezembro de 2016

Centro Social de Amareleja – Plano de Atividades - 2016

apoio à contratação			
Implementar medidas de Autoproteção	Elaboração do Plano de Emergência	Direção, Direção Técnica, Equipa Técnica, empresa externa selecionada e colaboradores	A definir
Melhorar condições do edifício	Pequenas obras de reparação e manutenção do edifício	Direção, Encarregada Geral e outros colaboradores	De janeiro a dezembro de 2016
Implementar boas práticas de gestão	Melhorar mecanismos internos de comunicação	Direção, Direção	De janeiro a dezembro de 2016
	Procedimentos de controlo interno (cumprimento orçamental)	Técnica, Equipa	
	Implementar sistema de Avaliação de Desempenho adequado à realidade das IPSS	Técnica, Coordenação de Recursos Humanos	

4.2 Sustentabilidade da Instituição

Objetivo	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Prazo
Equilibrar financiamento da Instituição	Manutenção do Acordo de Cooperação para as 3 respostas sociais	Direção, Direção	De janeiro a dezembro de 2016
	Revisão das comparticipações familiares de acordo com a legislação em vigor e Regulamentos Internos	Técnica e Administrativa	
Reduzir custos de eletricidade	Colocação de painéis solares para autoconsumo	Direção, empresa externa	A definir
Angariação de Fundos	Angariação de novos sócios	Direção, Administrativa, Direção Técnica, Equipa Técnica, colaboradores e sócios	De janeiro a dezembro de 2016
	Donativos (particulares e empresas)		dezembro de 2016
	Campanha de Natal (fornecedores e particulares)		De janeiro a abril de 2016
	Divulgação junto da sociedade em geral da consignação de IRS em benefício do Centro Social de Amareleja		dezembro de 2016
	Participação da Feira do Vinho e da Vinha		

5. Recursos Físicos e Logísticos

5.1 Instalações e Equipamentos

O Centro Social de Amareleja dispõe de edifício próprio constituído por 2 alas, uma delas inaugurada em 1997 e outra inaugurada em 2005, onde se centram todos os equipamentos e serviços necessários para efetivar uma prestação de serviços com qualidade.

5.2 Viaturas e transporte

Tem quatro viaturas de apoio às 3 respostas sociais (uma de transporte de refeições, outra para as higiènes em apoio domiciliário, uma outra carrinha de 5 lugares adaptada para transporte de cadeira de rodas e uma outra de 9 lugares para todos os serviços que sejam necessários).

6. Acordos/Parcerias

Centro Distrital da Segurança Social- Comparticipação financeira aos clientes abrangidos pelo Acordo de Cooperação nas 3 respostas sociais e apoio em diversos assuntos, nomeadamente apoio técnico.

Instituto de Emprego e Formação Profissional- Comparticipação financeira a nível de contratos de apoio- Inserção, Inserção+, estágios profissionais e apoio à contratação.

Junta de Freguesia de Amareleja- Apoio logístico na cedência de mão-de-obra para pequenas reparações e manutenção do edifício, cedência de transporte para a deslocação de clientes em atividades ao exterior e passeio anual de colaboradores.

Câmara Municipal de Moura- participação no Concelho local de Ação Social.

Ludoteca Municipal- Pólo de Amareleja- atividades intergeracionais.

EBI c/Jardim de Infância de Amareleja- parceria em atividades intergeracionais.

CNIS (Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade) - Apoio Técnico, nomeadamente ao nível de legislação laboral e Protocolos de Cooperação com o Estado.

Conclusão

O Plano de Atividades apresentado reflete os valores pelos quais o Centro Social de Amareleja se rege. A pessoa idosa é encarada como uma força motriz em todo o processo, uma pessoa de valor único em interação familiar comunitária, sujeita a direitos e deveres e com um determinado perfil de necessidades e capacidades.

Considera-se imprescindível a continuação de uma estratégia de comunicação como instrumento facilitador da promoção do trabalho em equipa, da responsabilização individual, do espírito de iniciativa e confiança, de forma a se conseguirem atingir os objectivos a que se propõe.