



Centro Social e Cultural da Paróquia  
do Souto da Carpalhosa

BA  
D  
casti  
g

Centro Social e Cultural da Paróquia do Souto da Carpalhosa

## Programa de Ação para o ano de 2023





## Índice

|   |    |
|---|----|
| Cultura Institucional                     | 3  |
| Visão                                     | 3  |
| Missão                                    | 3  |
| Valores                                   | 3  |
| Objetivos para o ano de 2022              | 3  |
| Parcerias                                 | 4  |
| Respostas Sociais                         | 4  |
| Estrutura Residencial para Pessoas Idosas | 4  |
| Centro de Dia                             | 6  |
| Serviço de Apoio Domiciliário             | 11 |
| Cantina Social                            | 13 |
| Refeições Escolares                       | 14 |
| FEAC                                      | 14 |
| Creche                                    | 15 |
| Pré-Escolar                               | 17 |
| Recursos humanos                          | 20 |
| Recursos para o transporte                | 21 |
| Formação                                  | 22 |
| Conclusão                                 | 23 |



K  
V  
Z

## Cultura Institucional

O Centro Social e Cultural da Paroquia do Souto da Carpalhosa é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que por iniciativa da Igreja desta mesma Paróquia e ao abrigo do artº 41 do Estatuto das Instituições Particulares de Solidariedade Social é ereto canonicamente pelo Bispo de Leiria. Para além dos fins estritamente religiosos, propõe-se desenvolver cumulativamente atividades de solidariedade social, exercendo as atividades que constam no estatuto aprovado a 14 de outubro de 2015.

A Instituição desenvolve a sua ação social nas valências de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia, Serviço de Apoio ao Domicílio, Creche, Pré-Escolar e Cantina Social. Dispõe de acordos de cooperação com a Segurança Social, para efeitos de comparticipação financiada.

## Visão

Proporcionar respostas sociais de qualidade, adequadas às necessidades da população da União de Freguesias do Souto da Carpalhosa e Ortigosa.

## Missão

A Instituição tem como missão “Acolher com um sorriso e viver a sorrir”.

## Valores

Esta missão é concretizada pelos seus valores, “respeito pela pessoa humana”; “Criatividade”; “Educação com base nos valores e na moral cristã” e “Respeito por cada criança, tendo em conta as suas potencialidades e necessidades”.

## Objetivos para o ano de 2023

- Ajudar a família na guarda e proteção da criança;
- Colaborar com os pais no processo educativo dos filhos;
- Promover o desenvolvimento pessoal e social da criança;
- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes e das famílias;
- Prevenir situações de dependência e promover a autonomia;
- Prestar cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos utentes e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar;
- Organização interna e apetrechamento das salas e secretaria;



- Dar continuidade ao banco de ajudas técnicas;
- Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas
- Desenvolvimento de atividades secundárias/instrumentais
- Utilização da carrinha adaptada para transporte de utentes das valências direcionadas para a terceira idade, para consulta ou realização de meios complementares de diagnóstico;

## Parcerias

- União de Freguesias do Souto da Carpalhosa e Ortigosa
- Agrupamento de Escuteiros do Souto da Carpalhosa
- Outras Associações da Paróquia
- IPSS`s

## RESPOSTAS SOCIAIS

### Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

Visa o alojamento coletivo, temporário ou permanente de pessoas maiores de 65 anos com ou sem dependência. Excepcionalmente pode admitir pessoas com idade inferior em caso de doença ou dificuldades económicas.

A Estrutura tem como objetivos:

- Garantir o bem-estar, qualidade de vida e segurança dos idosos;
- Promover a autonomia individual e contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento ou de dependência;
- Potenciar a integração social dos utentes, criando condições que permitam preservar, enriquecer ou restabelecer os respetivos relacionamentos pessoais, sejam no âmbito familiar ou de vizinhança, sejam de natureza intergeracional;
- Estimular o espírito de solidariedade e de entreajuda dos utentes e dos seus agregados familiares.

A Estrutura Residencial acolhe 37 idosos, sendo que 32 deles estão abrangidos pelo acordo de cooperação da Segurança Social.

Desenvolvemos a nossa atividade na satisfação das necessidades básicas, tais como:

- **Higiene e conforto** - A higiene é realizada, duas vezes ao dia, a todos os idosos. Contudo, nos utentes que utilizam material de incontinência, a higiene é realizada sempre que necessário. O banho



é dado semanalmente. Todos os utentes acamados são posicionados de 2 em 2 horas. Todos os dias é aplicado creme hidratante para manutenção da integridade cutânea.

- **Cuidados de Saúde** – Numa periodicidade semanal, os utentes têm consultas de clínica geral. No que concerne aos cuidados de enfermagem, estes são prestados diariamente. Existe também, diariamente, acompanhamento por parte da terapeuta ocupacional.
- **Alimentação** - São servidas cinco refeições (pequeno almoço, almoço, lanche, jantar e ceia) aos utentes, exceto aos utentes diabéticos, que têm um suplemento noturno. As ementas são elaboradas pela nutricionista da ERPI, de acordo com as recomendações alimentares para a população idosa. Salientamos que poderão existir dietas personalizadas consoante a situação clínica de cada utente. As ementas são fixadas semanalmente na ERPI para consulta do utente/família.
- **Higienização dos espaços** - Diariamente é assegurada a limpeza e desinfeção de todo o espaço da ERPI, nomeadamente os quartos, casas de banho, espaços comuns e gabinetes técnicos.
- **Alojamento**- A ERPI disponibiliza o alojamento ao utente, de acordo com o seu grau de autonomia, em regime de internamento. A ERPI dispõe de 20 quartos, sendo que 10 são individuais ou de casal, 4 são triplos e 6 são duplos
- **Tratamento da roupa**- A roupa pessoal deve conter marca individualizada que permita a respetiva identificação atribuída pela ERPI e é higienizada e engomada diariamente na lavandaria da Instituição.
- **Animação** - De segunda a sexta-feira, a animadora desenvolve várias atividades com os idosos, nomeadamente, leitura, ginástica, manicure, trabalhos manuais, passeios, piqueniques, praia. Para além destes, festejamos datas importantes, como o aniversário de cada idoso, Dia do Idoso, Carnaval, Páscoa, Natal, Ano Novo, Dia da mãe, Dia do pai, São Valentim e Dia de Reis.
- **Terapia Ocupacional** – A terapeuta ocupacional, diariamente, estimula a capacidade de autocuidado dos utentes, fazendo com eles variados exercícios, como por exemplo: treino de alimentação, treino de marcha, estimulação cognitiva, estimulação sensorial e estimulação motora. Tem como objetivo principal que eles mantenham e/ou recuperem as suas capacidades para executar as atividades básicas de vida diária.
- **Ajudas Técnicas**- A ERPI sempre que seja solicitado disponibiliza ajudas técnicas, cadeira de rodas, andarilhos, moletas, bengalas, calcanheiras, imobilizadores, colchões de pressão alternada, entre outros. As ajudas técnicas têm custo mensal de acordo com o preçoário em vigor.

| Capacidade | Acordo | Frequência |
|------------|--------|------------|
| 40         | 32     | 37         |



## Centro de Dia

O Centro de Dia é uma resposta social que visa promover o convívio e a socialização do idoso numa Estrutura Residencial. Esta valência funciona\* de Segunda a Sexta-Feira, exceto feriados, das 8h00 às 16h30.

O Centro de Dia tem capacidade para acolher 6 idosos. E tem como objetivos:

- Promover a autonomia individual e contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento ou de dependência;
- Potenciar a integração social dos utentes, criando condições que permitam preservar, enriquecer ou restabelecer os respetivos relacionamentos pessoais, sejam no âmbito familiar ou de vizinhança, sejam de natureza intergeracional a fim de evitar o isolamento.
- Evitar ou adiar o internamento em instituições;
- Permitir que a pessoa idosa continue a viver em sua casa.

Desenvolvemos a nossa atividade na satisfação das necessidades básicas, tais como:

- **Higiene e conforto**- Os utentes desta valência, usufruem de um banho semanal, salvo exceções.
- **Alimentação** - são servidas três refeições (pequeno almoço, almoço e lanche) aos utentes. Há opção de o utente levar jantar para casa, considerando que isso é um serviço extra. As ementas são elaboradas pela nutricionista da ERPI, de acordo com as recomendações alimentares para a população idosa. Salientamos que poderão existir dietas personalizadas consoante a situação clínica de cada utente. As ementas são fixadas semanalmente na ERPI para consulta do utente/família.
- **Higienização dos espaços**- Diariamente é assegurada a limpeza e desinfeção de todo o espaço da ERPI, nomeadamente os quartos, casas de banho, espaços comuns e gabinetes técnicos.
- **Tratamento da roupa**- A roupa pessoal deve conter marca individualizada que permita a respetiva identificação. A lavagem de roupa e engomagem é realizada apenas para as peças de roupa que o utente veste no dia do banho.
- **Convívio/animação** - De segunda a sexta-feira, a animadora desenvolve várias atividades com os idosos, nomeadamente, leitura, ginástica, manicure, trabalhos manuais, passeios, piqueniques, praia. Para além destes, festejamos datas importantes, como o aniversário de cada idoso, Dia do Idoso, Carnaval, Páscoa, Natal, Ano Novo, Dia da mãe, Dia do Pai, São Valentim e Dia de Reis.

| Capacidade | Acordo | Frequência |
|------------|--------|------------|
| 6          | 4      | 0*         |



\* De acordo com a situação epidemiológica atual, e por limitações físicas da Instituição, a valência de Centro de Dia encontra-se suspensa tendo em conta o parecer da Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade. Todo este planeamento é hipotético dependendo da evolução epidemiológica atual.

## Modelo de Programação Anual em ERPI e Centro de Dia – Animação Sociocultural

| Actividades                                | Data   | Descrição da actividade   | Objectivos   |
|--|--|---|--|
| Comemoração dos Aniversários dos Utentes   | Todos os meses, aquando do dia de aniversário dos utentes. | Cantar os Parabéns  | Festejar o aniversário.  |
| Volta a Portugal                           | De dois em dois meses em dia a estipular                   | Dar a conhecer as atrações, monumentos e gastronomia característica de cada distrito de Portugal. | Estimular a memória e concentração; Promover o envelhecimento ativo; Proporcionar o conhecimento de outras zonas de Portugal.  |
| Intercâmbio entre instituições             | Data a estipular   | Passeios com idosos de outras instituições  | Promover o convívio com outras instituições; evitar o isolamento; promover o envelhecimento ativo  |
| Comemoração do dia de Reis                 | 06 janeiro   | Confeção do bolo Rei  | Relembrar a arte de cozinhar; promover o convívio; compreender costumes e tradições.   |
| Celebração do Dia dos Namorados            | 14 fevereiro   | Realização de uma oferta para os utentes  | Estimular a destreza manual e a criatividade.  |
| Comemoração do Carnaval                    | 17 fevereiro   | Realização de desfile de máscaras   | Promover o envelhecimento ativo  |
| Comemoração do Dia Internacional da Mulher | 08 março   | Realização de uma oferta para todas as mulheres da Instituição                                    | Promover a interação e a coesão grupal; desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas; estimular a destreza manual e a motricidade fina; valorizar o papel da mulher  |
| Comemoração do Dia do Pai                  | 17 março   | Entrega de lembranças, Passeio a definir  | Promover a interação e a coesão grupal; desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas; estimular a destreza manual e a motricidade fina   |
| Comemoração da primavera                   | 20 a 24 março  | Realização de placar alusivo à primavera  | Desenvolver a motricidade fina, destreza manual e criatividade; promover o convívio;   |
| Comemoração da Páscoa                      | 6 abril  | Missa; entrega de amêndoas; Atuação do Grupo de Cavaquinhos                                       | Relembrar hábitos, costumes, tradições; contrariar o desenraizamento social dos idosos; desenvolver a capacidade lúdica; incrementar a participação ativa dos idosos; promover o convívio e o bem-estar. Desenvolver o equilíbrio sócio emocional e as relações interpessoais. |
| Comemoração do Dia da Mãe                  | 5 de maio  | Entrega de lembranças, Passeio a definir  | Promover a interação e a coesão grupal; desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas; estimular a destreza manual e a motricidade fina   |
| Passeio à feira de maio                    | 15 a 19 de maio  | Passeio à Feira de Maio   | Alargar horizontes; permitir novas descobertas; Intercâmbio sociocultural; favorecer o convívio e a troca de experiências.   |
| Dia internacional das Famílias             | 15 maio  | Lanche partilhado com os familiares   | Promover o convívio entre pais/filhos  |
| Dia internacional dos museus               | 18 maio  | Visita virtual a um Museu   | Valorizar o património cultural; evitar o isolamento; promover o convívio.   |



| Programa de Ação para o ano de 2023                        |                      |   |   |  |
|--|----------------------|---|---|--|
| <b>Comemoração dos Santos Populares</b>                    | 12, 23 e 29 de junho | Almoço com os utentes das três valências  | Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural do idoso.  |  |
| <b>Comemoração da Chegada do Verão</b>                     | 12 a 21 junho        | Realização de um placar alusivo ao Verão  | Desenvolver a motricidade fina, destreza manual e criatividade; dar a conhecer o trabalho realizado pelos utentes   |  |
| <b>Comemoração do Dia Nacional dos Avós</b>                | 26 julho             | Lanche convívio entre avós e netos  | Promover o convívio entre gerações  |  |
| <b>Comemoração da Chegada do Outono</b>                    | 11 a 21 setembro     | Atuação do grupo de cavaquinhos<br>Placar alusivo ao Outono   | Desenvolver a motricidade fina, destreza manual e criatividade; dar a conhecer o trabalho realizado pelos utentes   |  |
| <b>Comemoração do Dia Internacional das Pessoas Idosas</b> | 29 setembro          | Lanche partilhado com utentes de outras instituições.   | Permitir o intercâmbio sociocultural; favorecer o convívio, a troca de experiências e vivências; permitir a transmissão de valores; permitir o conhecimento de novas pessoas;             |  |
| <b>Comemoração do Dia do "Bolinho"</b>                     | 31 outubro           | Confeção do bolinho   | Desenvolver a motricidade fina, destreza manual e criatividade; promover o convívio entre utentes e colaboradores da instituição;   |  |
| <b>Comemoração do São Martinho</b>                         | 10 novembro          | Magusto   | Relembra hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos.   |  |
| <b>Comemoração do Natal</b>                                | dezembro             | Realização de trabalhos manuais alusivos ao Natal;<br>Almoço de convívio com colaboradores da Instituição * | Estimular a Inter-relação humana e a interação grupal; fomentar o sentimento de pertença a um grupo; estabelecer a cooperação e permitir o reconhecimento do valor do trabalho em equipa; |  |
| <b>Comemoração da Chegada do Inverno</b>                   | 11 a 21 dezembro     | Entrega da prenda de natal aos utentes;<br>Placar alusivo ao Inverno  | Desenvolver a motricidade fina, destreza manual e criatividade; dar a conhecer o trabalho realizado pelos utentes   |  |

## Modelo de Programação Anual em ERPI e Centro de Dia – Terapia Ocupacional

| Período de execução | Atividade                      | Objetivos da atividade   | Materiais e equipamentos   | Recursos humanos |
|---------------------|--------------------------------|--|--|------------------|
| Jan. a Dez.         | Treino de AVD's                | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Manter/promover a participação ativa no desempenho das atividades de vida diária (alimentação, mobilidade, vestir/despir e higiene e cuidados pessoais).</li> <li>-Promover a autonomia e independência nas AVD's;</li> <li>-Adaptar o ambiente e os utensílios utilizados nas AVD's, adequados à limitação de cada utente;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Equipamentos para locomoção e mobilidade (ex: andarilhos, bengala, canadiana e cadeira de rodas);</li> <li>- Equipamento para alimentação (talheres/talheres adaptados, rebordo do prato, mesa/mesa de apoio, cadeiras);</li> <li>-Equipamentos para vestuário;</li> <li>-Equipamento para higiene e cuidados pessoais.</li> </ul> | Utentes e T.O.   |
| Jan. a Dez.         | Treino de mobilidade funcional | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Treino de marcha com recurso de ajudas técnicas;</li> <li>-Promover a amplitude de movimento articular, força e resistência muscular;</li> <li>-Promover o equilíbrio estático e dinâmico;</li> <li>-Promover/melhorar o alinhamento postural</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Equipamento para locomoção e mobilidade (ex: andarilho, bengala/canadiana);</li> <li>-Cadeiras.</li> </ul>   | Utentes e T.O.   |



| Programa de Ação para o ano de 2023 |  |  |   |                            |
|-------------------------------------|--|--|---|----------------------------|
| <b>Jan. a Dez.</b>                  | Sessão de estimulação cognitiva em grupo | <ul style="list-style-type: none"><li>-Promover a interação entre os utentes;</li><li>-Preservar/melhorar as funções cognitivas (memória, atenção/concentração, cálculo, orientação, linguagem, raciocínio e funções executivas).</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>-Mesas e cadeiras;</li><li>-Computador;</li><li>-Jogos didáticos;</li><li>-Entre outros.</li></ul>  | Utentes e T.O.             |
| <b>Jan. a Dez.</b>                  | Sessão de estimulação motora em grupo    | <ul style="list-style-type: none"><li>-Promover o envelhecimento ativo;</li><li>-Promover o bem-estar físico, mental e social;</li><li>-Manter/melhorar as funções motoras (equilíbrio, coordenação motora, flexibilidade, força muscular, resistência, amplitudes)</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>-Computador e colunas;</li><li>-Cadeiras;</li><li>-Material didático: bolas, arcos, pesos, elásticos e “noodle” de espuma.</li></ul>                | Utentes, T.O. e Animadora  |
| <b>Jan. a Dez.</b>                  | Sessão de estimulação sensorial          | <ul style="list-style-type: none"><li>-Preservar/melhorar as funções sensoriais (visuais, táteis e olfativas)</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>-Mesas e cadeiras;</li><li>-Computador e colunas;</li><li>-Recursos alimentares;</li><li>-Materiais de diferentes texturas, entre outros.</li></ul> | Utentes e T.O.             |
| <b>Jan. e Dez.</b>                  | Sessão individuais                       | <ul style="list-style-type: none"><li>-Preservar /melhorar as funções cognitivas (ex: atenção/concentração, memória, linguagem etc), motoras (motricidade fina e global, coordenação oculo manual, força muscular e amplitude, etc) sensoriais/percetivas (visuais, táteis, auditivas, etc) de cada utente de acordo com objetivos terapêuticos.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>-Sala de T.O.;</li><li>-Mesa e cadeiras;</li><li>-Pedaleira;</li><li>-Materiais didáticos.</li></ul>  | Utentes e T.O.             |
| <b>Jan. a Dez.</b>                  | Sessão de culinária                      | <ul style="list-style-type: none"><li>-Promover a socialização e interação entre utentes;</li><li>-Promover o bem- estar físico e mental;</li><li>-Manter/melhorar competência cognitivas, motoras e sensoriais.</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>- Utensílios de cozinha;</li><li>-Mesas e cadeiras.</li></ul>   | Utentes, T.O. e Animadora  |
| <b>Jan. a Dez.</b>                  | Sessão de expressão plástica             | <ul style="list-style-type: none"><li>- Promover a participação e o envolvimento do utente na atividade;</li><li>-Promover a interação social;</li><li>-Promover o bem estar físico e mental;</li><li>-Manter/preservar as capacidades motoras, cognitivas, sensoriais e percetivas.</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>- Mesa e cadeiras;</li><li>-Lápis, canetas, tintas pincéis, cartolinhas;</li><li>-Entre outros.</li></ul>   | Utentes e T.O. e Animadora |
| <b>Jan.. a Dez</b>                  | O Jornal do Centro Social                | <ul style="list-style-type: none"><li>-Redigir o jornal do centro social com atividades realizadas durante o mês na ERPI, SAD e Creche e pré-escolar, bem como outras temáticas da atualidade.</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>- Computador.</li></ul>   | T.O. e colaboradores       |



## Modelo de Programação Semanal ERPI e Centro de Dia – Animação Sociocultural

| Horário        | Segunda-feira                   | Terça-feira             | Quarta-feira                        | Quinta-feira                      | Sexta-feira             |
|----------------|---------------------------------|-------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------|
| 9h às 10h      | Pequeno-almoço                  | Pequeno-almoço          | Pequeno-almoço                      | Pequeno-almoço                    | Pequeno-almoço          |
| 10h às 11h     | Reza do terço;<br>Diálogo       | Ginástica               | Atelier de música                   | Atividade cultural                | Reza do terço           |
| 11h às 12h     | Estimulação cognitiva           | Jogos                   | Leitura                             | Atividade cultural                | Manicure                |
| 12 h às 13:30h | Almoço                          | Almoço                  | Almoço                              | Almoço                            | Almoço                  |
| 14h às 15:30h  | Quotidianas<br>Atelier de artes | Avaliações<br>Registros | Quotidianas<br>Atelier de culinária | Quotidianas<br>Atividade cultural | Quotidianas<br>Manicure |
| 15h às 16:30   | Lanche                          | Lanche                  | Lanche                              | Lanche                            | Lanche                  |
| 16:30 às 17:12 | Quotidianas<br>Atelier de artes | Avaliações<br>Registros | Estimulação cognitiva               | Estimulação cognitiva             | Manicure                |

## Modelo de Programação Semanal ERPI e Centro de Dia – Terapia Ocupacional

| Horário        | Segunda-feira                         | Terça-feira                              | Quarta-feira                             | Quinta-feira      | Sexta-feira       |
|----------------|---------------------------------------|--|--|-------------------|-------------------|
| 9h às 10h      |                                       |  | Treino de Alimentação                    |                   |                   |
| 10h às 12h     | Sessão individual                     | Sessão individual                        | Sessão de estimulação sensorial em grupo | Sessão individual | Sessão individual |
| 12 h às 13:30h |                                       |  | Treino de Alimentação                    |                   |                   |
| 14h às 15:30h  | Sessão de estimulação motora em grupo | Sessão de estimulação cognitiva em grupo | Sessão individual                        | Sessão individual | Sessão individual |
| 15h às 16:30   |                                       |  | Treino de Alimentação                    |                   |                   |
| 16:30 às 17:00 |                                       |  | Avaliações/Registros                     |                   |                   |



*Da  
a isto  
2023*

## Serviço de Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário, doravante vai ser referenciado apenas como SAD.

O SAD presta serviços no domicílio dos utentes, pessoas maiores de 65 anos ou em situação de dependência, que, manifestando essa vontade, careçam deste tipo específico de resposta social e não apresentem um quadro clínico incompatível com o seu regular funcionamento.

O SAD tem como objetivos:

- Contribuir e melhorar a qualidade de vida dos utentes e das famílias.
- Prevenir situações de dependência e promover a autonomia.
- Prestar cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos utentes e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar.
- Apoiar os utentes e famílias na satisfação das necessidades básicas e atividades da vida diária.
- Colaborar e/ou assegurar o acesso à prestação de cuidados de saúde.
- Contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais.
- Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa.
- Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo.
- Prevenir e despitar qualquer inadaptação deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado.
- Facilitar o acesso a serviços da comunidade.
- Prevenção de situações de negligencia, abusos e maus-tratos.

Os serviços do SAD estão divididos em serviços contemplados pelo Acordo de Cooperação e extra acordo.

### Serviços contemplados pelo acordo:

- Refeição: almoço e jantar;
- Higiene pessoal: no mínimo uma vez por dia;
- Higiene habitacional: estritamente necessária à natureza dos cuidados do utente;
- Tratamento de roupa de uso pessoal do utente;
- Atividades de animação e socialização;
- Realização de atividades de motricidade e ocupacionais;
- Prestação de atividades e serviços aos fins de semana;



## Outros serviços:

- Acompanhamento e transporte a consultas;
- Mais do que uma deslocação para a realização da higiene pessoal;
- Mais do que uma deslocação para apoio na refeição;
- Preparação e apoio no pequeno almoço;
- Disponibilização de ajudas técnicas;
- Prestação de cuidados básicos de saúde, ajuda no controle e toma da medicação;
- Apoio psicossocial;
- Apoio e sensibilização dos familiares para a prestação de cuidados aos utentes;
- Orientação ou acompanhamento de pequenas reparações;
- Atividades que forem do interesse do utente e que façam parte do contrato de prestação de serviços;
- Prestação de atividades e serviços aos feriados excepto Natal, Ano Novo e Páscoa;
- Prolongamento do horário após as 17h30m.

| Capacidade | Acordo | Frequência |
|------------|--------|------------|
| 72         | 41     | 51         |

## Modelo de Programação das atividades Socioculturais em SAD

| Atividades                           | Objetivos   | Recursos                         |
|--------------------------------------|---|----------------------------------|
| Comemoração do Aniversário do utente | Proporcionar um momento festivo para o utente   | Bolo e velas                     |
| Trabalhos Manuais                    | Desenvolver as competências dos utentes e prevenir a perca das faculdades psico-motoras | Lápis de cor, cartão, tesoura... |
| Jogo das cartas                      | Proporcionar um momento lúdico  | Baralho de cartas                |
| Ginástica                            | Prevenir a perca das faculdades motoras   | caminhada                        |
| Ajuda nas tarefas do campo           | Prevenir a perca das faculdades motoras; estimular a motricidade                        | Material a definir               |



fina

|   |   |                                   |
|---|---|-----------------------------------|
| <b>Jogo da memória, das diferenças, sopa de letras</b>  | estimular a motricidade fina                          | Jogos/ fichas de trabalho         |
| <b>Dominó</b>   | Estimular a memória e a concentração                  | Jogo do dominó                    |
| <b>Jogo das cores</b>   | Prevenir as perdas das faculdades cóniganas           | Bolas de cores e cartões de cores |
| <b>Passeio à praia/ feira de maio</b>   | Fomentar relações interpessoais e convívio            | Carrinha                          |
| <b>Festejar épocas festivas como Dia do Pai, Dia da Mãe, Dia da Família, Dia Internacional dos Avós, Dia Internacional do Idoso</b> | Fomentar relações interpessoais e convívio            | A definir                         |
| <b>Leitura do Jornal da Instituição</b>   | Promover o contacto com a sociedade e meio envolvente | Jornal da Instituição             |
| <b>Festejo do Dia de Pascoa, Natal</b>  | Contrariar a solidão                                  | A definir                         |

## Cantina Social

Pretende o Centro Social continuar a prestar este serviço de apoio à família da comunidade da União de freguesias do Souto da Carpalhosa e Ortigosa no âmbito do programa alimentar a carenciados.

A cantina social insere-se na Rede Solidária das Cantinas Sociais e constitui-se como uma resposta de intervenção no âmbito do Programa de Emergência Alimentar, que tem como objetivo suprir as necessidades alimentares dos indivíduos e famílias em situação de vulnerabilidade socioeconómica, através da disponibilização de refeições.

São considerados beneficiários da cantina social as pessoas residentes na Freguesia do Souto da Carpalhosa e que se enquadrem numa das seguintes condições:

- Idosos com baixos rendimentos;
- Famílias expostas ao fenómeno do desemprego;
- Famílias com filhos a cargo;
- Pessoas com deficiência;
- Pessoas com dificuldade em ingressar no mercado de trabalho.

| Acordo | Frequência |
|--------|------------|
| 14     | 14         |



## Refeições Escolares

Pretende o Centro Social continuar a prestar este serviço de apoio á família nas escolas do primeiro ciclo e Jardins de Infância da União de Freguesias do Souto da Carpalhosa e Ortigosa.

| Escola                                 | Nº refeições mensais (média) |
|--|------------------------------|
| <b>EB1 Souto da Carpalhosa</b>         | 1239                         |
| <b>Pré-escolar Souto da Carpalhosa</b> | 336                          |
| <b>EB1 Vale da Pedra</b>               | 84                           |
| <b>Pré-escola Vale da Pedra</b>        | 189                          |
| <b>Total</b>                           | 1848                         |

## FEAC

O Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas pretende ser um instrumento de combate à pobreza e à exclusão social em Portugal. Considerando que as principais causas são estruturais, mas agravadas por fatores conjunturais, o Programa foi desenhado (tendo como foco os referidos objetivos) numa lógica de intervenção mediante apoio alimentar e outros bens de consumo básico, assim como, no desenvolvimento de medidas de acompanhamento que capacitem as pessoas mais carenciadas a vários níveis, promovendo assim a sua inclusão.

O Programa visa, com a sua atividade, diminuir as situações de vulnerabilidade que colocam em risco a integração das pessoas e dos agregados familiares mais frágeis, reforçando as respostas das políticas públicas existentes.

São destinatários finais das operações de distribuição de géneros alimentares, os indivíduos e/ou as famílias que se encontram em situação de carência económica, conforme o disposto no artigo 45.º do Regulamento Específico do PO APMC. A elegibilidade dos destinatários finais é aferida através da interoperabilidade de dados entre o Sistema de Informação do FEAC (SI FEAC) e o Sistema Integrado de Segurança Social (SISS).

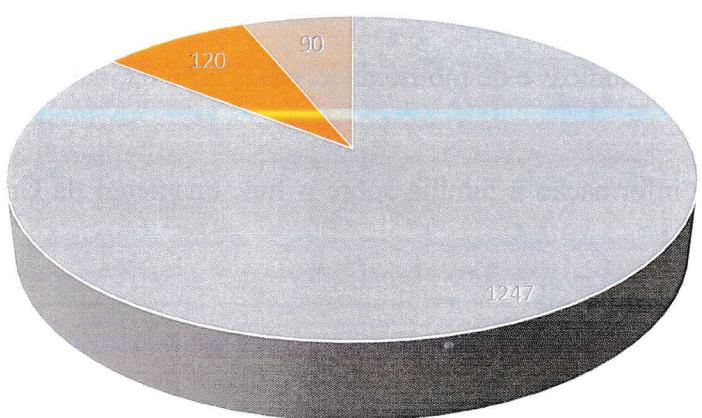
O PO/APMC (Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas) / FEAC (Fundo de Auxílio Europeu às Pessoas Mais Carenciadas) tem data prevista para o seu termo a até 31 de janeiro de 2023, contudo poderá ser renovado.

A Instituição assume o papel de entidade coordenadora do concelho de Leiria e é simultaneamente, uma entidade mediadora.



Como entidade coordenadora, cabe-lhe o papel de receber géneros alimentares e distribuir pelas restantes entidades mediadoras: Academia de Maceira, Centro Social e Paroquial da Caranguejeira, e ainda, a própria Instituição. O programa que iniciou com 676 beneficiários, no momento abrange um total de 1457. Enquanto entidade mediadora ficou responsável por distribuir os géneros alimentares aos destinatários finais estipulados das seguintes freguesias: Souto da Carpalhosa e Ortigosa, Monte Real e Carvide, Monte Redondo e Carreira, Bajouca, Bidoeira e Coimbrão.

Nº de Beneficiários por Entidade Mediadora



» Centro Social Souto da Carpalhosa   ■ Academia de Maceira   » Centro S. Paroquial Caranguejeira

## Creche

A 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 exerce as responsabilidades parentais. Esta valência tem por objetivo o apoio social que se manifesta no auxílio e colaboração com a família na promoção do desenvolvimento global da criança.

São objetivos específicos desta valência:

- Ajudar a família na guarda e proteção da criança;
- Colaborar com os pais no processo educativo dos filhos;
- Promover o desenvolvimento pessoal e social da criança;
- Fomentar a inserção da criança em grupos sociais diversos;
- Favorecer a formação e o desenvolvimento equilibrado da criança;
- Desenvolver a expressão e a comunicação;
- Despertar a curiosidade e o pensamento crítico;
- Proporcionar bem-estar e segurança à criança, nomeadamente no âmbito da saúde individual e coletiva;



- Proceder à despistagem de qualquer situação problemática;
- Incentivar a participação dos pais no projeto pedagógico;
- Contribuir para a igualdade de oportunidades no acesso à escola;
- Educar para a cidadania e para a ética.

A Creche presta um conjunto de atividades e serviços, adequados à satisfação das necessidades da criança, tais como:

- Nutrição e alimentação adequada, qualitativa e quantitativamente, à idade da criança, sem prejuízo de dietas especiais em caso de prescrição médica;
- Cuidados de higiene pessoal;
- Atividades pedagógicas, lúdicas e de motricidade, em função da idade e necessidades específicas das crianças;
- Disponibilização de informação à família sobre o funcionamento da Creche e desenvolvimento da criança;
- Prolongamento de horário;
- Transporte;
- Outras.

## Modelo de Programação Semanal em Creche

| Dia                  | Atividade   | Justificação                                 |
|----------------------|---|--|
| 2 <sup>a</sup> feira | Brincadeiras livres.  | Desenvolvimento pessoal, emocional e social. |
|                      | Música  | Desenvolvimento cognitivo.                   |
|                      | História  | Desenvolvimento pessoal, emocional e social. |
| 3 <sup>a</sup> feira | Trabalhos Manuais   | Desenvolvimento motor.                       |
|                      | Brincadeiras livres   | Desenvolvimento pessoal, emocional e social. |
|                      | Jogos   | Desenvolvimento motor.                       |
| 4 <sup>a</sup> feira | Educação motora   | Desenvolvimento motor.                       |
|                      | Trabalhos manuais   |  |
|                      | Brincadeiras livres   |  |
| 5 <sup>a</sup> feira | Trabalhos alusivos à estação do ano/ época festiva/ conteúdos mensais | Desenvolvimento pessoal, emocional e social. |
|                      |   | Desenvolvimento cognitivo.                   |
|                      |   |  |



*2023*  
*outubro*

## Pré-Escolar

A educação pré-escolar, tal como está estabelecido na Lei Quadro (Lei n.º5/97, de 10 de fevereiro), destina-se às crianças entre os 3 anos e a entrada na escolaridade obrigatória, sendo considerada como “a primeira etapa da educação básica no processo de educação ao longo da vida”. Também de acordo a Lei de Bases do Sistema Educativo, Lei n.º 46/86, de 14 de outubro, artigo 5.º, são objetivos da educação pré-escolar:

- Promover o desenvolvimento pessoal e social.
- Fomentar a inserção da criança em grupos sociais diversos.
- Favorecer a formação e o desenvolvimento equilibrado da criança.
- Estimular o desenvolvimento global da criança.
- Despertar a curiosidade e o pensamento crítico.
- Proporcionar à criança bem-estar e segurança, nomeadamente no âmbito da saúde individual e coletiva.
- Proceder à despistagem de qualquer situação problemática.
- Incentivar a participação das famílias no processo educativo.
- Contribuir para a igualdade de oportunidades no acesso à escola.
- Educar para a cidadania ética.

O Pré-escolar presta um conjunto de atividades e serviços, adequados à satisfação das necessidades da criança, tais como:

- Nutrição e alimentação adequada, qualitativa e quantitativamente, à idade da criança, sem prejuízo de dietas especiais em caso de prescrição médica;
- Cuidados de higiene pessoal;
- Atividades pedagógicas, lúdicas e de motricidade, em função da idade e necessidades específicas das crianças;
- Disponibilização de informação à família sobre o funcionamento do Pré-escolar e desenvolvimento da criança;
- Prolongamento de horário;
- Transporte;
- Outras.



## Modelo de Programação Semanal Pré-Escolar

| DIAS           | ATIVIDADES ORGANIZADAS   |
|----------------|--|
| <b>Segunda</b> | Conversa de FPS<br>Ficha de FPS<br>Manual  |
| <b>Terça</b>   | História<br>Ficha LINGUAGEM<br>Música / Dança                                    |
| <b>Quarta</b>  | Temática / TIC / Culinária / Conversa de CM<br>Ficha de CM<br>Manual             |
| <b>Quinta</b>  | Desenho / Pintura / Colagem / Massa<br>Ficha de ARTES VISUAIS<br>EDUCAÇÃO MOTORA |
| <b>Sexta</b>   | Poesia / Lengalengas<br>Ficha de MATEMÁTICA<br>Manual                            |

|                    | Capacidade | Acordo | Frequência |
|--------------------|------------|--------|------------|
| <b>Creche</b>      | 50         | 45     | 50         |
| <b>Pré-escolar</b> | 50         | 50     | 43         |

## Plano Anual de Atividades da Creche e Pré-Escolar

| 1º PERÍODO | Atividade              | Estratégia                                      | Objetivo  | Destinatários      |
|------------|------------------------|---|---|--------------------|
|            | Mês de setembro        | Adaptação das crianças aos espaços e às pessoas | Proporcionar bem estar às crianças<br>Facilitar a sua adaptação   | Crianças           |
|            | De 13 a 16 de setembro | Avaliação Diagnóstica                           | Conhecer o grupo de crianças  | Crianças           |
|            | Dia 23 de setembro     | Outono  | Conhecer e experimentar as características do Outono.   | Crianças           |
|            | Dia 20 de outubro      | Reunião de Pais/Enc. Educação                   | Informar os Encarregados de Educação sobre o funcionamento da Instituição especificando o funcionamento da sala do seu filho, no presente ano letivo. | Pais/Enc. Educação |



2º PERÍODO

### 3º PERÍODO

| Programa de Ação para o ano de 2023 |                                 |   |  |
|-------------------------------------|---------------------------------|---|--|
| Dia 23 de outubro                   | Outono                          | Conhecer as características do Outono.                                      | Crianças                               |
| Dia 31 de outubro                   | Bolinho                         | Preservar a tradição do meio em que a criança está envolvida                | Crianças                               |
| Dia 11 de novembro                  | Magusto de S. Martinho          | Viver a tradição do S. Martinho   | Crianças                               |
|                                     |                                 | Fomentar a socialização das crianças  | Idosos (hipótese)                      |
| Dia 20 de novembro                  | Dia do Pijama                   | Desenvolver o seu gosto pela música   | Crianças                               |
| Dia 16 de dezembro                  | Festa de Natal                  | Valorizar laços afetivos entre pares  | Crianças                               |
|                                     |                                 | Envolver toda a comunidade educativa nas festas e atividades das crianças   | Colaboradores<br>Pais/enc.<br>Educação |
| Dia 3 de janeiro                    | Inverno                         | Conhecer e experimentar as características do Inverno.                      | Crianças                               |
| Dia 6 de janeiro                    | Dia de Reis                     | Viver a tradição do Dia de Reis.  | Crianças                               |
| Dia 10 de janeiro                   | Teatro: "O Gato das Botas"      | Vivenciar momentos culturais  | Crianças                               |
|                                     |                                 | Despertar o gosto pelo teatro   |  |
| Dia 17 de fevereiro                 | Desfile de Carnaval             | Envolver a família na execução do Projeto Educativo                         | Crianças<br>Pais/Enc.<br>Educação      |
|                                     |                                 | Vivenciar as tradições do meio que envolve a criança                        |  |
| Dia 17 de março                     | Dia do Pai                      | Valorizar a relação pai / filho   | Crianças<br>Pais                       |
| Dia 20 de março                     | Primavera                       | Conhecer e experimentar as características da Primavera                     | Crianças                               |
| Dia e local a definir (em março)    | Visita de estudo do Pré-Escolar | A definir posteriormente  | Crianças                               |
| Dia 30 de março                     | Páscoa                          | Valorizar as tradições da Páscoa  | Crianças                               |
| Dia 5 de maio                       | Dia da Mãe                      | Valorizar a relação mãe / filho   | Crianças<br>Mães                       |
| Dia e local a definir (em maio)     | Visita de estudo da Creche      | A definir posteriormente  | Crianças                               |
| Dia a definir (em maio)             | Dia da Família                  | Proporcionar um dia diferente às crianças e suas famílias                   | Crianças<br>Familiares                 |
|                                     |                                 | Valorizar os laços familiares   |  |
| Dia 1 de junho                      | Dia da Criança                  | Proporcionar experiências diferentes às crianças                            | Crianças                               |
|                                     |                                 | Valorizar o convívio entre pares  |  |
| Dia 21 de junho                     | Verão                           | Conhecer e experimentar as características do Verão.                        | Crianças                               |
| Dia a definir (em junho)            | Festa de Final de ano           | Festejar o encerramento do ano letivo                                       | Crianças<br>Pais/Enc.<br>Educação      |
|                                     | Praia do Pré-escolar            | Proporcionar experiências diferentes  | Crianças                               |
|                                     |                                 | Sociabilizar  |  |
| <b>Julho</b><br>(datas a definir)   | Passeio dos Finalistas          | Valorizar as relações pessoais  | Crianças<br>Colaboradores<br>Famílias  |
|                                     | Cerimónia dos Finalistas        | Valorizar as relações pessoais  | Crianças<br>Familiares                 |
|                                     |                                 | Festejar o encerramento do ciclo do Pré-escolar para as crianças finalistas |  |



## Recursos Humanos

A Instituição tem um total de 73 colaboradores distribuídos pelas várias valências.

### Colaboradores cooptados a várias valências

| Categoria Profissional  |   |
|-------------------------|---|
| Ajudante Ação Educativa | 3 |
| Cozinheira              | 2 |
| Ajudante de Cozinha     | 1 |
| Dietista                | 1 |
| Director Executivo      | 1 |
| Trabalhador Auxiliar    | 1 |
| Caixa                   | 1 |
| Assistente Social       | 1 |
| Escriturário            | 1 |

### ERPI / Centro de Dia

| Categoria Profissional  | Nº Colaboradores |
|-------------------------|------------------|
| Ajudante de Ação Direta | 13               |
| Enfermeira              | 2                |
| Trabalhador Auxiliar    | 4                |
| Animadora Cultural      | 1                |
| Terapeuta Ocupacional   | 1                |
| Cozinheira              | 1                |
| Ajudante de Cozinha     | 3                |

### SAD

| Categoria Profissional  | Nº Colaboradores |
|-------------------------|------------------|
| Ajudante de Ação Direta | 13               |
| Cozinheira              | 2                |
| Educadora Social        | 1                |
| Trabalhador Auxiliar    | 4                |



23  
outubro  
2023

## Creche / Pré-escolar

| Educadora Social        | 2 |
|-------------------------|---|
| Educadora de Infância   | 6 |
| Ajudante Ação Educativa | 6 |
| Ajudante de Cozinha     | 1 |
| Trabalhador Auxiliar    | 2 |

## Colaboradores/Prestadores Serviços

| Médica      | 1 |
|-------------|---|
| Professores | 3 |

## Recursos para o transporte

A Instituição tem um total de 17 viaturas ao serviço das diferentes valências.

## Mapa de viaturas

| Viatura        | Matrícula |
|----------------|-----------|
| Renault Kangoo | 75-LB-06  |
| Iveco /Cat. E  | 90-DN-93  |
| Renault Kangoo | 67-57-SA  |
| Fiat Doblo     | 83-72-VC  |
| Renault Kangoo | 58-FE-27  |
| Renault Kangoo | 14-GA-39  |
| Renault Kangoo | 76-BA-17  |
| Renault Kangoo | 06-AE-30  |



|                      |          |
|----------------------|----------|
| Renault Kangoo       |          |
| Renault Kangoo       | 06-IX-63 |
| Ford Transit Connect | 25-FS-80 |
| Renault Kangoo       | 94-61-ZO |
| Renault Kangoo       | 35-10-PO |
| Fiat 250 Ducato      | 92-PB-43 |
| Renault Trafic       | 83-TG-63 |
| Mitsubishi Canter    | 66-33-JM |
| Fiat Ducato          | 62-VT-11 |

## Formação

As áreas de formação que se pretende porporcionar às colaboradoras são as seguintes:

- Inquérito às colaboradoras sobre as necessidades formativas
- Geriatria
- Primeiros Socorros
- Mobilizações
- Saúde Mental
- Alzheimer
- Parkinson



## Conclusão

O Centro Social desenvolve a sua atividade de apoio social às pessoas da Paróquia do Souto da Carpalhosa e freguesias limítrofes. Em 2023 o Centro quer continuar a prestar este apoio e estar atento às necessidades da comunidade, adaptando os serviços de acordo com essas necessidades.

Temos pela frente alguns desafios, nomeadamente as dificuldades económicas sentidas neste momento, agravadas pela situação da guerra na Europa e a consequente subida da inflação, quer nos bens essenciais, quer nos produtos energéticos. Para além disso, a Instituição tem que fazer investimento nas obras de requalificação da Creche e Jardim de Infância e na mudança do sistema de aquecimento, substituindo a caldeira a pellets para bombas de calor elétrica.

Tentaremos contornar estas dificuldades ajustando este programa de ação à evolução deste contexto económico tão adverso e sensível e nunca perdendo o sentido de missão que nos move.

Aprovado em reunião de direção do dia 09 de novembro de 2022.

*José S. Barreto  
Ana Paula Omena  
Rui M. Nogueira  
Ricardo Viegas  
Ricardo Pereira*