



Centro Social e Cultural de Verdelhos

**PLANO DE AÇÃO
E
ORÇAMENTO
PARA O ANO DE
2021**

**A – CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL**

CÓDIGO DAS CONTAS	1 - Proveitos e Ganhos	Resultados Previsionais	
		2021	
		Parcial	Soma
	Proveitos Regulares:		
72114	Prestações de Serviços (Lar/C. Dia/A. Domiciliário)	286 158,14 €	
725	Serviços Secundários (inclui Serv. Prest.-Pré escolar)	11 239,38 €	
72112	Quotizações	2 607,92 €	
			300 005,44 €
	Apoios de Carácter Permanente:		
7511	Centro Regional da Segurança Social	237 734,65 €	
			237 734,65 €
	Outros Proveitos não Regulares:		
7512+75	Outra entidades publicas	6 064,26 €	
7811	Rendimentos Suplementares	0,00 €	
782	Descontos de p.p. obtidos	59,52 €	
786/788	Outros rendimentos e ganhos	33 126,87 €	
791	Juros Obtidos	1 566,69 €	
771	Ganhos por aumento justo valor em Instr. Financeiros	0,00 €	
			40 817,33 €
	TOTAL DOS PROVEITOS		578 557,43 €
	2 - Gastos e Perdas		
	Custos Directos:		
612	Custo das Matérias-Primas Consumidas	75 364,20 €	
62	Fornecimentos e Serviços Externos	124 497,95 €	
			199 862,15 €
	- Gastos com o Pessoal		
632	Remunerações do Pessoal	301 819,93 €	
635	Encargos sobre remunerações	60 140,61 €	
636	Seguro de acidentes de trabalho	4 707,25 €	
638	Outros gastos com o pessoal	573,88 €	
			367 241,67 €
	- Outros Gastos e Perdas		
66	Perdas por redução de justo valor	0,00 €	
681	Impostos Directos (taxas)	323,79 €	
688/689	Outros Gastos e Perdas	18,00 €	
			341,79 €
	Custos Indirectos:		
	- Depreciações e Amortizações		
64	Gastos de Depreciação e de Amortização	26 925,67 €	
			26 925,67 €
	TOTAL DOS CUSTOS		594 371,28 €
	Resultado para Apoio ao Reinvestimento e Melhoramento das Instalações e de Serviços		-15 813,86 €



B – NOTAS EXPLICATIVAS

1) INTRODUÇÃO

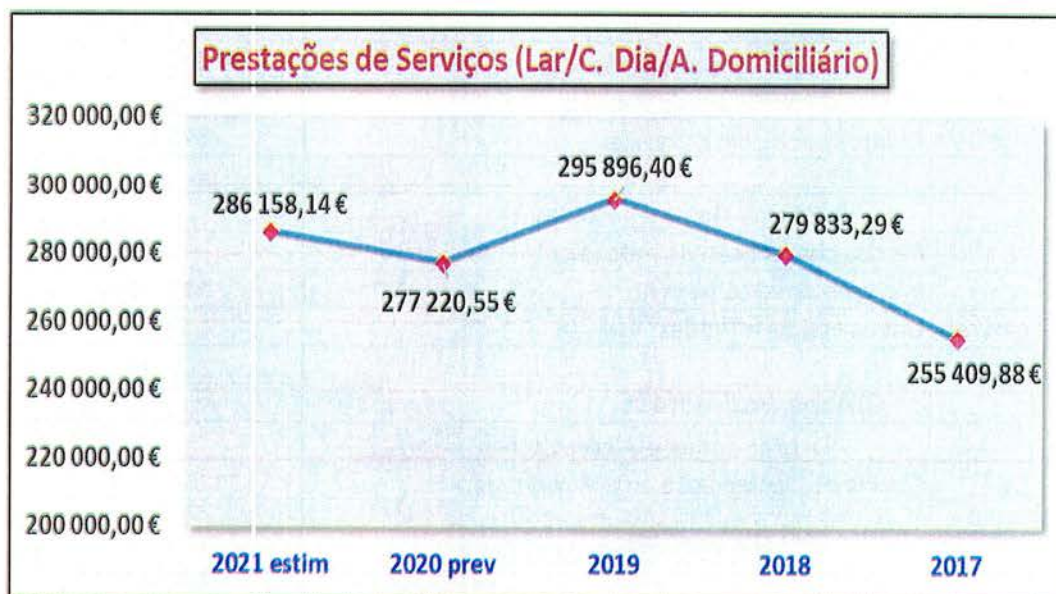
Os valores orçamentados para o ano de 2021 tiveram como referência o Balancete do mês de agosto de 2020.

O orçamento foi elaborado, na maioria das suas rúbricas, tendo em conta a taxa de inflação de 1,2% prevista pela União Europeia para 2021 (o Banco de Portugal à data ainda não tinha apresentado este índice para 2021). O critério adotado é uniforme no tocante às Receitas e Gastos/Custos, à exceção de algumas rúbricas explicadas nos pontos respetivos e, sempre que assim não seja.

2) RENDIMENTOS/RECEITAS

2.1) As **Prestações de Serviços em Lar, Centro de Dia e Apoio Domiciliário** (valor anual pago pelos utentes, constitui a maior receita desta instituição e representa cerca de **50%** do total das receitas), e deverão atingir em 2021 um valor de **286.158,14 €** e revela uma descida de 3,3% em relação ao ano de 2019 e, a um aumento de 3,2% em relação ao valor previsto para 2020. O facto do valor estimado para 2020 ser inferior ao de 2019, deve-se ao facto de em 2020 o número de utentes em Centro de Dia e em SAD ter sido inferior.

No gráfico seguinte pode verificar-se a evolução desta rúbrica nos últimos cinco anos, sendo que os valores relativos aos anos de 2021 e 2020 são previsionais.

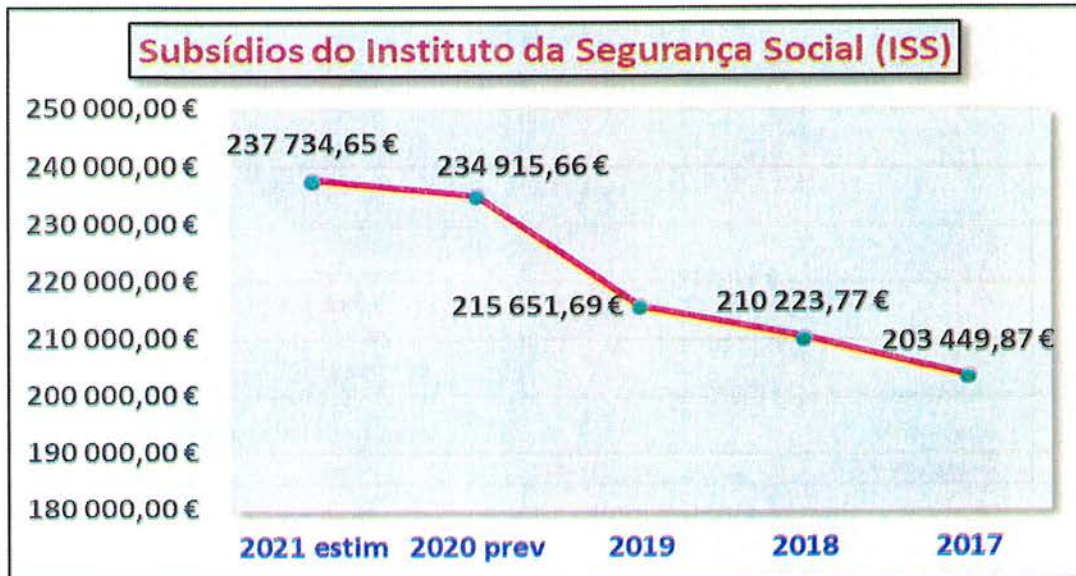


2.2) Os **Subsídios do Instituto da Segurança Social** (segunda maior receita da instituição), representam cerca de **41%** do total destas e, estão orçamentados para



Handwritten signature and initials

2021 no valor de **237.734,65 €**. No gráfico seguinte pode verificar-se a evolução desta rubrica nos últimos cinco anos, sendo que os valores relativos aos anos de 2021 e 2020 são previsionais.

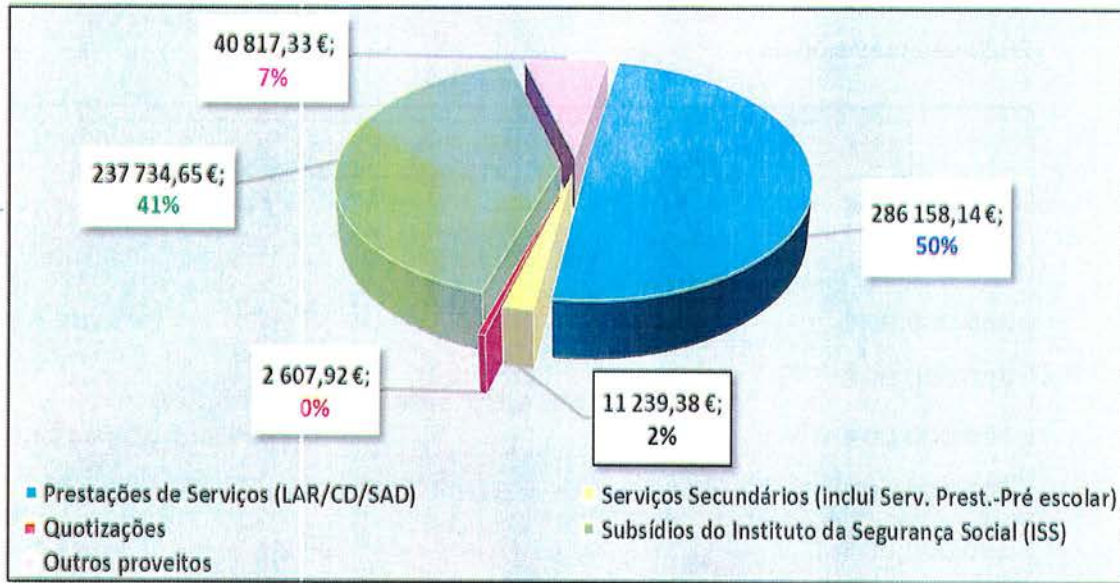


- 2.3) Os valores relativos aos **Serviços Secundários**, onde se enquadram os serviços prestados aos Utentes, às crianças do Pré-escolar (fruto de um protocolo celebrado com o Município da Covilhã) e, ainda aos valores recebidos da ICOVI relativos à energia gerada pelos painéis solares, estão estimados para 2021 em **11.239,38 €** o que representa **2%** do total das receitas da instituição.
- 2.4) Relativamente às **Quotizações** recebidas dos nossos associados, para 2021 estão estimadas em **2.607,92 €** e, representam cerca de **0,4%** das receitas totais.
- 2.5) No que respeita a **Outros Proveitos não Regulares**, onde se enquadram, descontos, juros e donativos obtidos, entre outros, estes estão estimados em **40.817,33 €** para 2021 e, representam cerca de **7%** das Receitas da instituição. Nesta rubrica destaca-se o valor de 33.126,87 € relativamente a “Outros rendimentos e ganhos”, onde estão estimados a contabilização relativamente ao provável subsídio a receber, do investimento previsto para 2021 no que respeita às obras de remodelação e ampliação do edifício, assim como de aquisição de algum equipamento no valor de cerca de 250.000,00 €, previsto no Programa Pares 3.0, ao qual a instituição se candidatou.
- 2.6) No gráfico seguinte podemos observar o **Total das Receitas** da instituição, quer em valor quer em percentagem. A percentagem dá-nos uma ideia da “grandeza” de cada uma destas receitas em relação ao total das mesmas, total este que está estimado em **578.557,43 €**.

Handwritten signatures and initials in blue ink.



Contribuição de cada receita no total dos Proveitos da Instituição



3. GASTOS/CUSTOS

No que respeita aos **Gastos/Custos da instituição**, estes estão orçamentadas **para 2021** em **591.272,18 €**, a seguir discriminadas.

3.1) Custo das Matérias-Primas Consumidas - o valor estimado para **2021** ascende a **75.364,20 €**. Custo este que representa **13%** em relação ao total dos gastos/custos da instituição. No gráfico seguinte, pode observar-se a evolução em valor do Custo das Matérias-primas consumidas nos últimos cinco anos, sendo que em 2021 e 2020 os valores são previsionais.





[Handwritten signature and initials]

3.2) Os **Fornecimentos e Serviços Externos** (FSE) estão estimados para 2021 em 124.497,95 € e, representa cerca de 21% dos gastos totais da instituição.



O aumento de 1,2% que está estimado para 2021 em relação a 2020 diz respeito à atualização de preços em algumas das contas que compõem esta rubrica por força da inflação e, ao aumento de gastos relativos ao combate e prevenção da pandemia causada pelo COVID-19.

3.3) **Gastos com o Pessoal** – esta é, sem dúvida, a rubrica que maior custo representa na instituição (61,8%) e, espera-se que em 2021, os gastos com o pessoal totalizem 367.241,67 €. Neste valor está incorporado um aumento de 3,74% em relação ao salário mínimo atual (que está no orçamento do governo português ao passar dos atuais 635,00 para 658,75 €).

Nestes gastos, estão incluídas várias rubricas, a saber:

Rúbricas	2021 estim.	% em relação Gastos c/Pessoal	% em relação Gastos totais
Remunerações do Pessoal	301 819,93 €	82,2%	50,8%
Encargos s/ Remunerações	60 140,61 €	16,4%	10,1%
Seg. Acid. Trabalho e Outros gastos	5 281,13 €	1,4%	0,9%
Total de Gastos com o Pessoal	367 241,67 €	100,0%	61,8%

Como se pode verificar, as **Remunerações do pessoal** representam 82,2% do total dos Gastos com o pessoal, os Encargos sobre as Remunerações 16,4% e, os Seguros de Acidentes de Trabalho e Outros Gastos cerca de 1,4%.

No gráfico seguinte pode observar-se a evolução dos Gastos com o pessoal nos últimos cinco anos, sendo que os valores para 2021 e 2020 são previsionais.

[Handwritten signature]

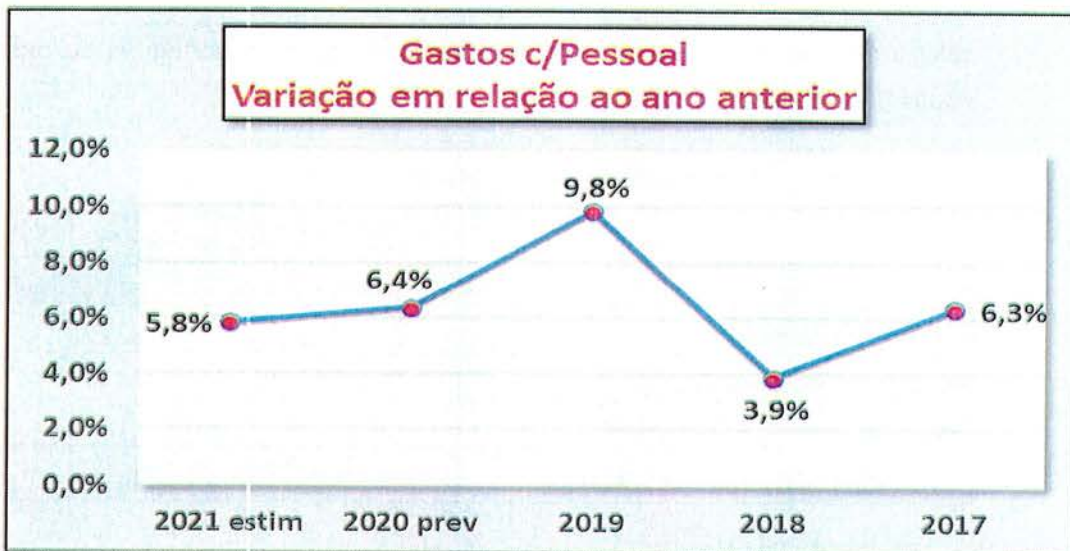


PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Nestes cinco anos, sobressai o valor em 2019 de 356.245,88 €, valor superior em 20% em relação a 2018. Tal facto deveu-se à indemnização no valor de 30.000,00 € pago à anterior Diretora Técnica.



Se, entretanto, desejarmos verificar qual foi o aumento real dos Gastos com o Pessoal nos últimos cinco anos e, após retirarmos o valor de 30.000,00 € da indemnização, poderemos verificar no gráfico seguinte a variação dos Gastos com o Pessoal em relação ao ano anterior.



Após a análise do gráfico anterior, constatamos que o aumento médio dos últimos cinco anos é de 6,5%.

3.4) Outros Gastos e Perdas – para 2021 estão orçamentados 341,79 € e, que no total dos gastos da instituição representam 0,06%.



Handwritten signature and initials

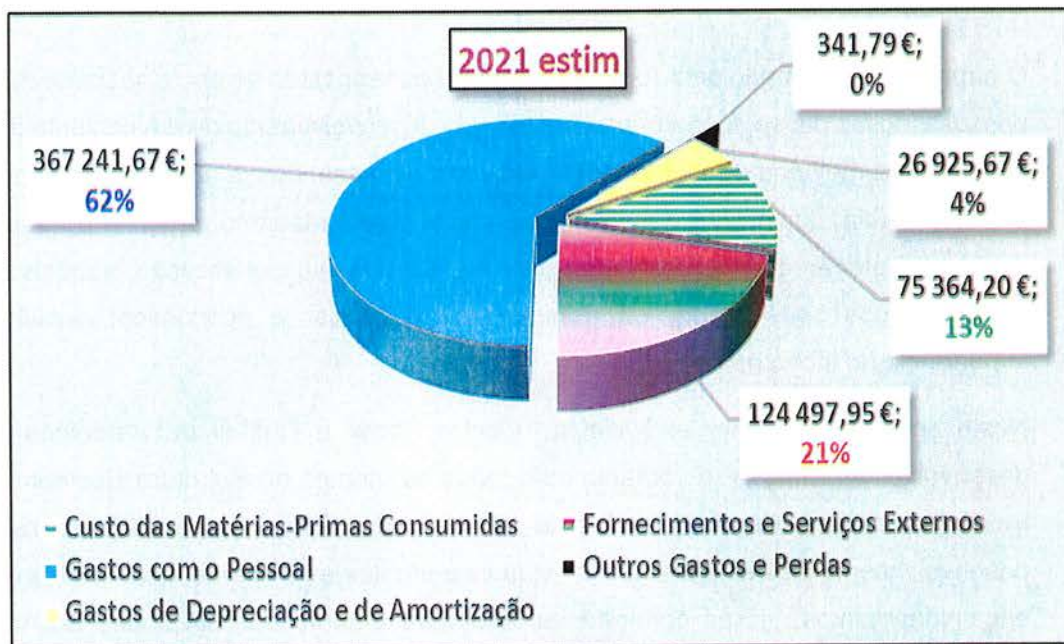
3.5) **Gastos de Depreciação e de Amortização** – estima-se para 2021 um valor de **26.925,67 €**, relativo aos Ativos/Investimentos da instituição que representam cerca de **4,0%** dos custos totais. No gráfico seguinte pode observar-se a evolução destes custos nos últimos cinco anos, sendo que relativamente a 2021 e 2020 são previsionais.



O aumento significativo de 87% de 2020 para 2021 (+ 12.515,92 €), é relativo às depreciações previstas do investimento a realizar em 2021 e, já anteriormente referido.

3.6) **Total de Gastos/Custos** – no gráfico seguinte podemos observar o “peso” de cada um dos gastos/custos atrás enunciados no total dos gastos da instituição (em valor e, em %).

Encargo de cada gasto no total dos Gastos/Custos da instituição.



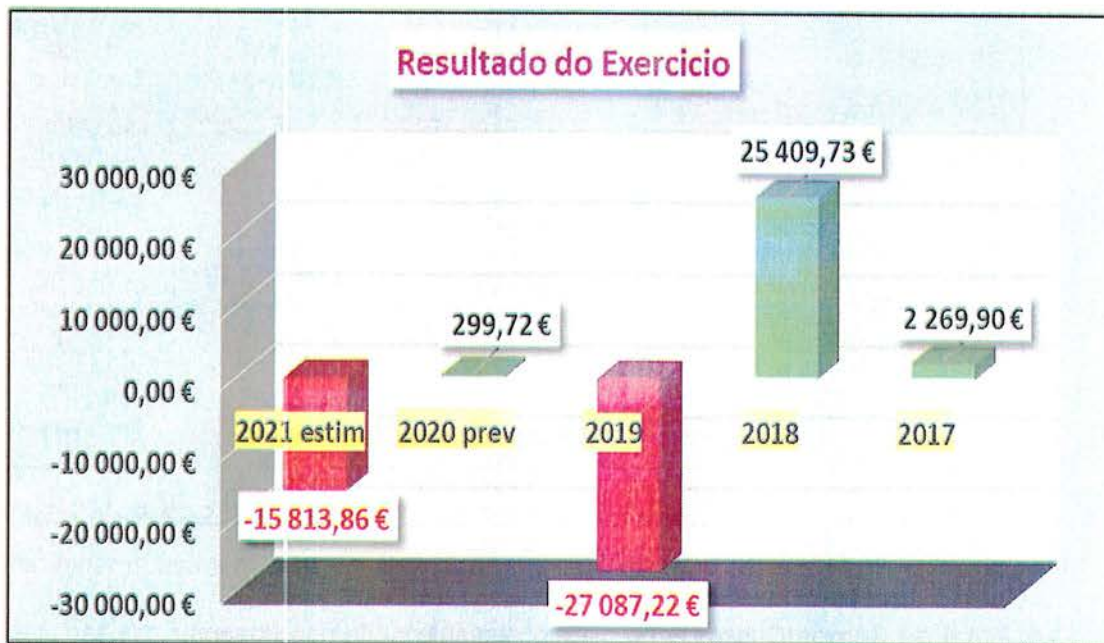
[Handwritten signatures and initials]



4) RESULTADOS LÍQUIDOS DO PERÍODO

Os Resultados do exercício para 2021 estão estimados em **15.813,86 €** negativos e, devem-se sobretudo, às depreciações relativas ao grande investimento a realizar em 2021.

Resultados líquidos do período



C – PROGRAMA DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL E DE AÇÃO SOCIAL

Serviços Sociais

O papel desempenhado pelo Assistente Social nas respostas de apoio social destinadas a pessoas idosas passa, fundamentalmente, pelo desenvolvimento de um conjunto de ações que visam a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas através da promoção da sua autonomia, diminuição do isolamento social e sedentarismo, procurando assim uma melhor adaptação dos utentes e das suas famílias à institucionalização, auxiliando-as na resolução dos seus problemas a nível social, familiar e económico, ressaltando a importância do idoso na sociedade.

Neste sentido a Assistente Social do Centro Social e Cultural de Verdelhos procura desenvolver e promover o contacto com todos os utentes de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, através do desenvolvimento de atendimentos individuais a utentes e familiares, acompanhamentos e encaminhamentos, visitas domiciliárias, acompanhamento nas atividades de Animação Sociocultural, Fisioterapia e serviços Médicos e de Enfermagem.



[Handwritten signature]
[Handwritten initials]

Objetivos

- ✓ Contribuir para a melhoria das condições de vida dos utentes e das suas famílias;
- ✓ Assegurar aos utentes e às suas famílias a satisfação de necessidades básicas;
- ✓ Valorizar a pessoa idosa mantendo em simultâneo a sua ligação ao meio natural e de uma forma particular à sua família e grupo de amigos;
- ✓ Promoção do bem-estar físico, emocional e social dos idosos através do desenvolvimento de atividades em conjunto com o Animador Sociocultural;
- ✓ Colaborar na prestação de cuidados de saúde;
- ✓ Desenvolvimento de competências pessoas e profissionais com vista à integração na dinâmica e no ambiente de trabalho da instituição.

Atividades

- ✓ Avaliações, admissões, acompanhamentos e encaminhamentos dos utentes;
- ✓ Atendimentos individuais a utentes/ clientes e familiares;
- ✓ Atualização dos processos individuais dos utentes;
- ✓ Atualização da lista de espera;
- ✓ Desenvolvimento de um trabalho em rede com a Animador Sociocultural, Enfermeiras, Médico, Fisioterapeuta e Encarregada Geral;
- ✓ Realização de Visitas Domiciliárias aos utentes de Serviço de Apoio Domiciliário.

Respostas Sociais

- ✓ Estrutura Residencial para Pessoas Idosas;
- ✓ Centro de Dia;
- ✓ Serviço de Apoio Domiciliário.

Serviços

- ✓ Alimentação;
- ✓ Higiene pessoal;
- ✓ Higiene habitacional;
- ✓ Tratamento de roupas;
- ✓ Gestão e administração medicamentosa;
- ✓ Serviço de transporte;
- ✓ Acompanhamento Médico e de Enfermagem;
- ✓ Fisioterapia;
- ✓ Assistência Social;
- ✓ Animação Sociocultural;
- ✓ Acompanhamento Administrativo.

**Caracterização dos Utentes****Tabela 1**

Número de utentes segundo o género a frequentar as respostas sociais de ERPI, CD e SAD

GÉNERO	RESPOSTA SOCIAL			TOTAL
	ERPI	CD	SAD	
MASCULINO	14	5	5	24
FEMININO	21	4	4	29
TOTAL	35	9	9	53

De acordo com os resultados apresentados na tabela 1 podemos concluir que atualmente temos um total de 53 utentes a frequentar as respostas sociais na nossa instituição, sendo que 35 utentes frequentam a resposta social de ERPI (Estrutura Residencial para Pessoas Idosas), 9 utentes frequentam a resposta social de CD (Centro de Dia) e 9 utentes frequentam a resposta social de SAD (Serviço de Apoio Domiciliário). Podemos ainda observar que os utentes são maioritariamente do género feminino.

Tabela 2

Idades dos utentes que frequentam as respostas sociais de ERPI, CD e SAD

IDADES	RESPOSTA SOCIAL			TOTAL
	ERPI	CD	SAD	
60 – 70 anos	3	2	1	6
71 – 80 anos	4	0	3	7
81 – 90 anos	19	7	5	31
91 – 100 anos	9	0	0	9

Segundo os resultados observados na tabela 2 verificamos que os utentes que frequentam as respostas sociais da nossa instituição estão, na sua esmagadora maioria, representados na faixa etária dos 81 aos 90 anos. Podendo desta forma concluir-se que a nossa instituição dá resposta a uma população bastante envelhecida.



Tabela 3

Idades dos utentes segundo o género a frequentar as respostas sociais de ERPI, CD e SAD

GÉNERO		MASCULINO			FEMININO		
RESPOSTA SOCIAL		ERPI	CD	SAD	ERPI	CD	SAD
IDADES	60 – 70 anos	1	2	1	2	0	0
	71 – 80 anos	1	0	2	3	0	1
	81 – 90 anos	8	3	2	11	4	3
	91 - 100 anos	4	0	0	5	0	0

De acordo com os dados apresentados na tabela 3 podemos verificar que o género feminino tem maior destaque nas faixas etárias dos 81 aos 90 anos e dos 91 aos 100 anos. Por sua vez o género masculino tem maior representatividade na faixa etária dos 60 aos 70 anos.

A Animação Sociocultural na Terceira Idade

Essencial para um envelhecimento saudável e positivo, a Animação Sociocultural ajuda o idoso a encarar o seu envelhecimento como um processo natural, de forma positiva e adequada, e a reconhecer a necessidade da manutenção das atividades físicas e mentais, após os 65 anos.

A Animação Sociocultural na terceira idade revela a sua importância ao criar e desenvolver projetos de vida, ao ser uma intervenção ativa, participativa e vitalista, assente no usufruto e aproveitamento criativo da vida pessoal, considerando o idoso como o protagonista desse mesmo projeto (Pérez, 2004).

Assim, importa realmente intervir junto deste tipo de população, que continua em ascensão no nosso país, e onde a área da animação desempenha grande utilidade, para que estes sintam que ainda podem e que ainda têm capacidades. A sua participação nas atividades é um desafio devido às várias limitações em que se encontram, como pela idade, pelas condições de saúde muito distintas, pelas condições de solidão e pelos modos de vida que adotaram a partir de certo momento da sua vida.

O autor Lorda (2004), defende que a Animação Sociocultural permite que os idosos se envolvam em atividades estimulantes, criativas e de grande significado, as quais vão promover uma melhoria da sua qualidade de vida, tornando-a mais agradável e produtiva. Desta forma o Animador Sociocultural é a pessoa capaz de elaborar ou executar um plano de intervenção, utilizando técnicas de animação Socioculturais, educativas, recreativas e



lúdicas. É a pessoa capaz de estimular a participação ativa da gente e de inculcar um maior dinamismo sociocultural, tanto no individual como no coletivo, ser animador é ter um papel social. Em Instituições, como Lar de Idosos, a presença de um Animador Sociocultural torna-se fundamental, onde este tem como objetivos primordiais o de promover e dinamizar atividades de lazer e ocupação tentando ir sempre ao encontro das preferências da/o idosa/o, valorizando-a/o e ajudando-a/o a saber envelhecer, bem como de promover os seguintes objetivos específicos, de desenvolver a destreza física e motora, aumentar a coordenação de movimento, assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes, aumentar a autoestima, desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente, desenvolver a motricidade e precisão manual, estimular autonomia do idoso, desenvolver o espírito de ajuda entre os idosos e por fim promover o convívio sénior.

A finalidade da Planificação das Atividades no âmbito da Animação Sociocultural consiste, na ocupação do utente e no seu envolvimento nas atividades, para que desta forma o utente possa sentir prazer na participação e consciencializando-se que pode dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, desfazendo desta forma a imagem pré-concebida de que os idosos são/estão inativos.

A realização de atividades, com e para os utentes, visa proporcionar uma vida mais ativa e mais criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade desenvolvendo a autonomia pessoal.

Como defende Constança Paul a realização de atividades de Animação Sociocultural é "*vital na estimulação dos mais velhos para o uso/ desenvolvimento das suas capacidades e competências cognitivas no caminho da autonomia e de uma velhice com sucesso*".

Algumas das atividades do Plano de 2020 mantêm-se, uma vez que os resultados têm sido benéficos para os utentes.

Desta forma, o Plano de Intervenção/ Plano de Atividades para 2021 é o seguinte:

- Atividade física ou motora;
- Massagem de Relaxamento / Recuperação;
- Atividade cognitiva;
- Atividade através da expressão e da comunicação oral e corporal;
- Atividade através da expressão Manual/Plástica;
- Atividades Lúdicas;
- Atividades da Vida Diária/ Quotidiano;
- Atividades de Âmbito Culinário;

Assim, o plano de atividades tem como finalidade melhorar a qualidade de vida e o bem-estar físico e psicológico dos utentes, tendo como objetivos gerais:

- Maximizar o potencial motor;
- Desenvolver a destreza física e motora;



[Handwritten signature]
A
y

- Desenvolver a motricidade e precisão manual;
- Aumentar a coordenação de movimento;
- Desenvolver a coordenação Físico-motora;
- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;
- Aumentar a autoestima;
- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;
- Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes;
- Estimular autonomia do idoso;
- Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;
- Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.
- Promover a proximidade pelas novas tecnologias.
- Promover o convívio Sénior.

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Janeiro	<p>Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Comemoração da Passagem de Ano e Dia da Paz (Dia 1 de Janeiro)</p> <p>Comemoração do Dia de Reis (6 De Janeiro)</p> <p>Expressões Manual "Mural de Desejos para 2021" - Dia do Riso 18/01 - Dia da Saudade – 30/01</p> <p>Convívio - Lanche de Reis – 06/01</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o Dia de Reis; - Realizar trabalhos para decoração; - Promoção com atualização diária da Instituição. - Proporcionar momentos de lazer, descontração. 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário. *

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Fevereiro	<p>Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressões Manual - Dia do Amor e Amizade (14 de Fevereiro)</p> <p>- Comemoração do Carnaval (16 de Fevereiro)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o Dia de São Valentim, dia do Amor e Amizade; - Comemorar o Carnaval; - Proporcionar momentos de lazer, descontração; - Promover o encontro geracional 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*
	<p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>				

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021




PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Março	<p>Expressão Físico - Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comemoração do Carnaval - Dia da Mulher (8 de Março) <p>Elaboração de lembrança</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dia do Pai (19 de Março) - Primavera (21 de Março) <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook</p> <p>"Lar de Verdelhos"</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o dia da Mulher - Comemorar o dia do Pai; - Celebrar a chegada da Primavera; - Registrar fotografias na aldeia alusivas á Primavera com os utentes. 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Abril	<p>Expressão Físico - Motora (2 vezes por semana) Celebrar o Dia da Atividade Física</p> <p>Expressão Manual - Celebrar o Dia de Páscoa (04 de Abril)</p> <p>- Celebrar o 25 de Abril (25 de Abril)</p> <p>- Celebrar o Dia do Beijo (13 de Abril)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Proporcionar momentos de lazer, descontração; - Celebrar a Páscoa; - Celebrar o Dia do Beijo; - Comemorar o Dia de Páscoa. 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*
	<p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>				

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Maio	<p>Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual -Dia do Trabalhador (1 de Maio)</p> <p>- Dia da Mãe (3 de Maio)</p> <p>- Dia da Espiga (13 de Maio)</p> <p>- Dia da Família (15 de Maio)</p> <p>13 De Maio Assistir às Orações de Fátima.</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o Dia da Mãe; - Comemorar o Dia da Espiga; - Comemorar o Dia da Família; - Proporcionar momentos de lazer, descontração; 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Junho	<p>Expressão Físico - Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual - Dia de Portugal (10 de Junho)</p> <p>- Santos Populares São João (24 de Junho)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Dia de Portugal - Comemorar os Santos Populares; - Celebrar a chegada do Verão; - Sardinhada Praia Fluvial de Valhelhas; - V Edição Caminhada de São João; - Proporcionar momentos de lazer, descontração; 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Julho	<p>Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Plástica - Comemoração do Dia Mundial dos Avós (26 de Julho)</p> <p>Comemoração Dia Internacional dos Amigos (20 de Julho)</p> <p>Dia da Pizza (10 de Julho)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o dia Mundial dos Avós; - Proporcionar momentos de lazer, descontração; 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; - Netos/Netas dos Utentes. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Agosto	Expressão Físico-Motora (2 vezes por semana)	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Promover a motricidade fina do idoso; 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*
	<p>Expressão Manual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dia da Fotografia (19 de Agosto) Exposição <p>Comemoração dos Aniversários</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Decorar a Instituição - Celebrar a chegada do verão com registo fotográficos 		
	Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"				

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Setembro	Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)	- Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora;	- Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso;	Humanos: - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores;	Respostas Sociais: - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário. *
	Expressão Manual - Chegada do Outono (23 de Setembro)	- Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento;	- Celebrar a chegada do Outono;	Materiais: - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica;	
	- Dia Mundial do Coração (29 de Setembro)	- Desenvolver a coordenação Físico-motora;	- Celebrar o Dia Mundial do Coração.		
	Comemoração dos Aniversários	- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;			
	Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	- Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos;			
		- Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma.			

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Outubro	<p>Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual - Dia Internacional do Idoso (1 de Outubro)</p> <p>- Dia das Bruxas Halloween (31 de Outubro)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o dia Internacional do Idoso; - Dia das Bruxas 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social - Utentes; - Colaboradores; - Grupo de Cantares <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021

PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Novembro	<p>Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual</p> <p>- Preparação do Natal (Início da decoração alusiva á época natalícia)</p> <p>Comemoração</p> <p>- Dia de São Martinho (11 de Novembro)</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Comemorar o dia de São Martinho; - Comemoração do Dia do Cinema - Iniciar a decoração Natalícia. 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social; - Utentes; - Colaboradores; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2021

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/ Materiais	Destinatários
Dezembro	<p>Expressão Físico – Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Continuação dos preparativos para o Natal. - Elaboração das Prendas para os utentes. - Criação da Arvore de Natal e Presépio - Construção de Centros de Mesa - Construção de Arvore de Natal - Convites de Natal <p>Eventos</p> <p>Festa de Natal</p> <p>Comemoração dos Aniversários</p> <p>Atualização da Página de Facebook</p> <p>“Lar de Verdelhos”</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Maximizar o potencial motor; - Desenvolver a destreza física e motora; - Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento; - Desenvolver a coordenação Físico-motora; - Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes; - Aumentar a autoestima; - Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente; - Estimular autonomia do idoso; - Desenvolver o espírito de equipa entre os idosos; - Promover o convívio Sénior. - Promover e divulgar a cultura e a tradição existentes; - Promover e divulgar a instituição bem como as atividades existentes na mesma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para o bem-estar físico e psicológico do idoso; - Construção de Centros de Mesa; - Construção de Arvore de Natal; - Elaboração dos Convites de Natal; - Festa de Natal para convívio entre utentes, familiares, colaboradores, Sócios e Direção; - Comemorar o Natal. 	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural; - Assistente Social; - Utentes; - Colaboradores; - Familiares; - Sócios; - Direção da Instituição. <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Material diverso de Atividade Física - Material diverso na área da expressão plástica; 	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lar; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.*

Nota: O presente plano poderá estar sujeito a alterações durante o Ano 2021



Verdelhos, 07 de Novembro de 2020

A Direção


.....
(Adelino Leitão Duarte - Presidente)


.....
(João André Leitão Duarte Tavares – Vice-Presidente)


.....
(Ana Clara Gabriel – Secretária)


.....
(Alberto Ribeiro Correia – Tesoureiro)


.....
(Maria Idalina Rocha Luís Pais – Vogal)