



Centro Social e Cultural de Verdelhos

**PLANO DE AÇÃO
E
ORÇAMENTO
PARA O ANO DE
2025**

**A – CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL**

Handwritten signature and text:
Ana Telhada

CÓDIGO DAS CONTAS	1 - Proveitos e Ganhos	Resultados Previsionais	
		2025	
		Parcial	Soma
	Proveitos Regulares:		
72114	Prestações de Serviços (Lar/C.Dia/Ap. Domiciliário)	372 994,81 €	
725	Serviços Secundários (inclui Serv. Prest.-Pré escolar)	23 893,21 €	
72112	Quotizações	2 710,00 €	
			399 598,03 €
	Apoios de Carácter Permanente:		
7511	Centro Regional da Segurança Social	308 666,77 €	
			308 666,77 €
	Outros Proveitos não Regulares:		
7512/752	Outra entidades publicas	0,00 €	
7811	Rendimentos Suplementares	0,00 €	
782	Descontos de p.p. obtidos	0,00 €	
786/788/75	Outros rendimentos e ganhos	28 292,50 €	
791	Juros Obtidos	480,13 €	
771	Ganhos por aumento justo valor em Instr. Financeiros	0,00 €	
			28 772,62 €
	TOTAL DOS PROVEITOS		737 037,42 €
	2 - Gastos e Perdas		
	Custos Directos:		
612	Custo das Matérias-Primas Consumidas	96 652,92 €	
62	Fornecimentos e Serviços Externos	145 656,92 €	
			242 309,84 €
	- Gastos com o Pessoal		
631+632	Remunerações do Pessoal	387 822,81 €	
635	Encargos sobre remunerações	77 564,56 €	
636	Seguro de acidentes de trabalho	3 878,23 €	
637	Gastos de ação social	387,82 €	
638	Outros gastos com o pessoal	1 163,47 €	
			470 816,89 €
	- Outros Gastos e Perdas		
66	Perdas por redução de justo valor	0,00 €	
681	Impostos Directos (taxas)	100,00 €	
688/689/68	Outros Gastos e Perdas	2 253,22 €	
69	Gastos e perdas de financiamento	0,00 €	
			2 353,22 €
	Custos Indirectos:		
	- Depreciações e Amortizações		
64	Gastos de Depreciação e de Amortização	17 373,18 €	
			17 373,18 €
	TOTAL DOS CUSTOS		732 853,13 €
	Resultado para Apoio ao Reinvestimento e Melhoramento das Instalações e de Serviços		4 184,29 €

Handwritten signatures and initials in the top left corner.



B – NOTAS EXPLICATIVAS

1) INTRODUÇÃO

Os valores orçamentados para o ano de 2025 tiveram como referência o Balancete do mês de agosto de 2024.

Os valores que surgem como “**2024 estim.**” dizem respeito aos valores do Orçamento aprovado para 2024.

O orçamento para 2025 foi elaborado, na maioria das suas rúbricas, tendo em conta a taxa de inflação prevista pelo Banco de Portugal para a ano de 2025 de 2,1%. O critério adotado é uniforme no tocante aos Rendimentos/Receitas e Gastos/Custos, à exceção de algumas rúbricas explicadas nos pontos respetivos, sempre que assim não seja.

Como todos nós sabemos, o ano de 2025 irá caracterizar-se pela continuação da descida da inflação, que segundo as estimativas do Banco de Portugal se deverá situar nos 2,1% e, por uma conjuntura económica resultante do desenrolar das duas guerras que se travam na Europa, que pela incerteza dos seus desenvolvimentos, poderão afetar negativamente não só as economias europeias, como mundiais.

Com um projeto aprovado pela Socia, e candidatado ao Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) destinado a ampliar as instalações atuais de modo a poder aumentar a nossa resposta social, que se traduz num investimento total de 926.326,82 € (+ IVA à taxa de 6%), onde a comparticipação do PRR será de 80,04%, no valor de 741.495,60 (617.913,00 + 20%) sendo o restante financiado pela Instituição, projeto este que terá de estar concluído até 31/03/2026. Com a assinatura do auto de consignação da obra e, após a inserção de todos os documentos relativos ao concurso na plataforma do PRR, este, a título de adiantamento para início da obra disponibiliza 30% do financiamento no valor de 185.370,90 €.

Este projeto permitirá aumentar a resposta social em ERPI (Lar) em 10 lugares (+ 28,6%), passando dos atuais 35 para 45 e, em 5 lugares (+62,5%) em SAD (Serviço de Apoio Domiciliário), passando dos atuais 8 para 13. As obras foram iniciadas em setembro do corrente ano.

As projeções para 2025 perante estes pressupostos, levam-nos a Resultados que se estimam positivos no valor de 4.184,29 €.

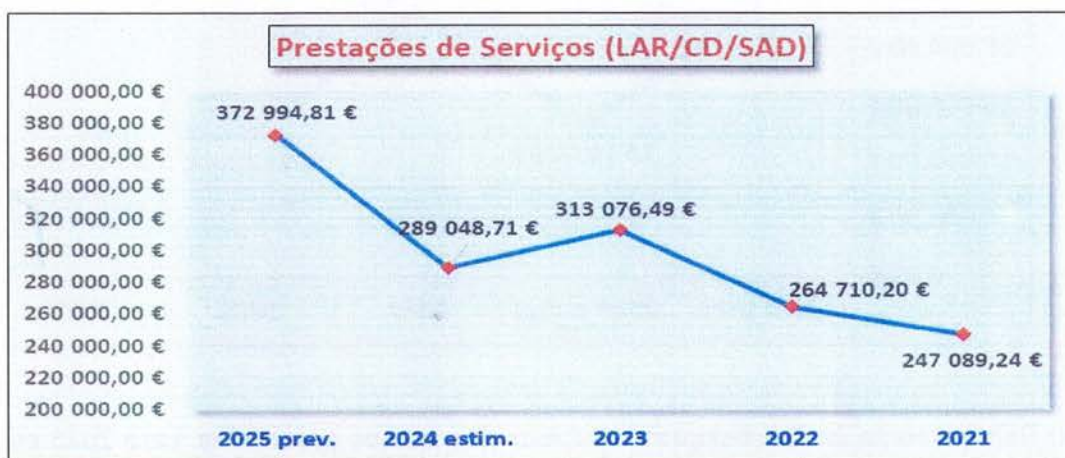


Ana Telmões

2) RENDIMENTOS/RECEITAS

2.1) As **Prestações de Serviços em Lar, Centro de Dia e Apoio Domiciliário** (valor anual estimado a receber dos utentes pelos serviços prestados pela instituição deverão atingir os 372.994,81 €), constitui a maior receita desta instituição e, representam cerca de metade (**50,6%**) do total das receitas.

No gráfico seguinte pode verificar-se a evolução desta rúbrica nos últimos cinco anos, sendo que os valores relativos aos anos de 2024 e 2025 são previsionais.



2.2) Os **Subsídios do Instituto da Segurança Social** (a segunda maior receita da instituição prevista para 2025), deverão representar 308.666,77 € (**41,9%** do total das receitas). Este valor apenas diz respeito aos valores que subsidiam as três respostas sociais que a instituição oferece. Os valores a receber da Segurança Social para financiar o projeto de investimento atrás referido é contabilizado em outra rubrica das receitas (7883-Imputação de subsídios para investimentos). No gráfico seguinte pode verificar-se a evolução desta rúbrica nos últimos cinco anos, sendo que os valores relativos aos anos de 2024 e 2025 são previsionais.



Handwritten signature and name: Felício



2.3) Os valores relativos aos **Serviços Secundários**, onde se enquadram os serviços prestados aos Utentes e, um protocolo celebrado com o Município da Covilhã para as crianças do Pré-escolar estão estimados para 2025 em **23.893,21 €** o que representa **3,2%** do total das receitas estimadas da instituição.



2.4) Relativamente às **Quotizações** recebidas dos nossos associados, para 2025 estão estimadas em **2.710,00 €** e, que por sua vez, representam cerca de **0,4%** das receitas totais.

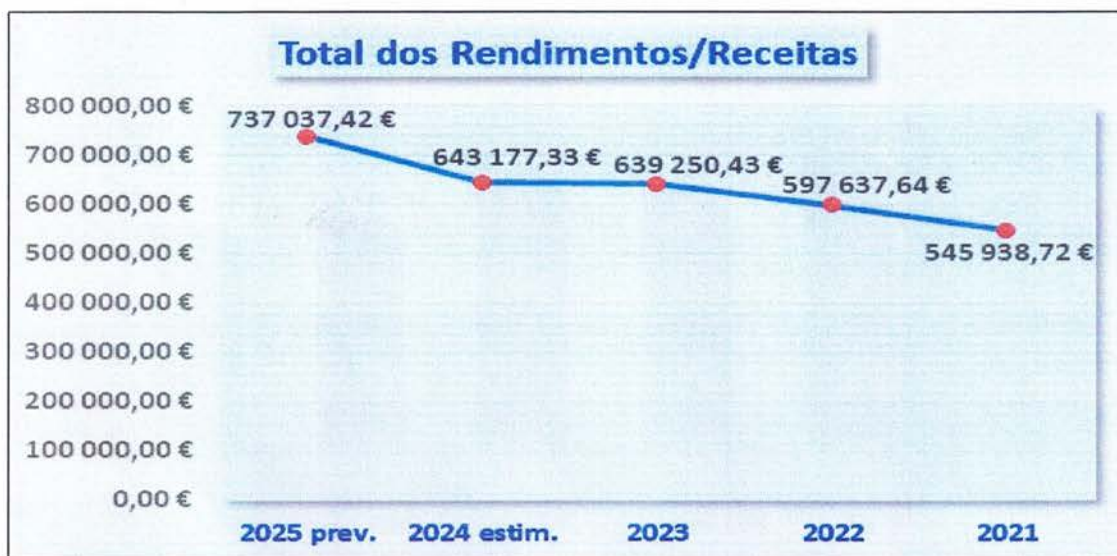
2.5) No que respeita a **Outros Proveitos não Regulares**, onde se enquadram, subsídios de outras entidades públicas, juros e, outros rendimentos e ganhos, estão estimados em **28.772,62 €** para 2025 e, que representam, cerca de **3,9%** das Receitas da instituição.



No gráfico seguinte, pode observar-se a evolução dos Rendimentos anuais da instituição, sendo que os anos de 2024 e 2025 são previsionais.

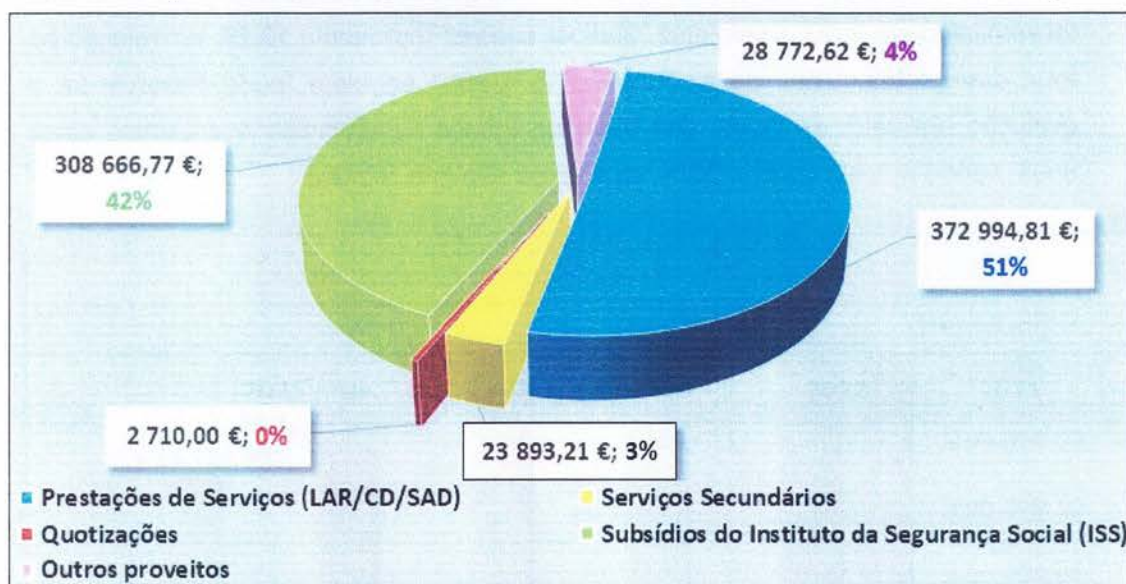


Ana
Telmos



No gráfico seguinte, por sua vez, pode observar-se a estrutura das receitas da Instituição, ou seja, o que representa cada uma das receitas (quer em valor, quer em percentagem) em relação ao total das receitas previsionais em 2025.

Contribuição de cada receita no total dos Rendimentos/Receitas da Instituição



3. GASTOS/CUSTOS

No que respeita aos **Gastos/Custos da instituição**, pode observar-se no gráfico seguinte a evolução dos mesmos nos últimos cinco anos.

Ana
Telm...



O total dos gastos/custos para 2025 estão orçamentados em 732.853,13 €, o que representa um aumento de 13,2% em relação ao valor de 2023.

3.1) Custo das Matérias-Primas Consumidas - o valor estimado para os produtos adquiridos para confeccionar as refeições dos nossos utentes, em **2025 deverá ascender a 96.652,92 €**, o que representa um aumento de 4,3% face ao valor que foi verificado em 2023. Custo este, que por sua vez representa **13,2%** 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 2025 e 2024, os valores são previsionais.



3.2) Os Fornecimentos e Serviços Externos (FSE) estão estimados para **2025 em 145.656,92 €** e, representam 19,9% dos gastos/custos totais da instituição.



Handwritten signature and name: F. Araújo, Relatores



Este valor é inferior ao que se verificou em 2023 de 149.359,02 €, tendo em conta que está previsto a redução para 2025 em 4.200,00 € em honorários que atualmente estavam contratados com avenças. Por sua vez o rappel no contrato de gás irá melhorar em cerca de 1.300,00 € nos próximos 5 anos.

3.3) Gastos com o Pessoal – esta é, sem dúvida, a rubrica que maior gasto/custo representa na instituição (**64,2%**). Para **2025**, os gastos com o pessoal estão estimados em **470.816,89 €**. Neste valor está incorporado um aumento de 6,1% em relação ao salário mínimo atual de 820,00 € para 870,00€ em 2025.

Nestes gastos, estão incluídas várias rubricas, a saber:

Rúbricas	2025 Orç.	% em relação Gastos c/Pessoal	% em relação Gastos totais
Remunerações do Pessoal	387 822,81 €	82,4%	52,9%
Encargos s/ Remunerações	77 564,56 €	16,5%	10,6%
Seg. Acid. Trabalho e Outros gastos	5 429,52 €	1,2%	0,7%
Total de Gastos com o Pessoal	470 816,89 €	100,0%	64,2%

Como se pode verificar, as **Remunerações do pessoal** representam 82,4% do total dos Gastos com o Pessoal, os Encargos sobre as Remunerações 16,5% e, os Seguros de Acidentes de Trabalho juntamente com “Outros Gastos” representam cerca de 1,2%. Por outro lado, o total dos Gastos com o Pessoal representam 64,2% dos gastos/custos totais da instituição conforme podemos verificar na última coluna do quadro anterior.

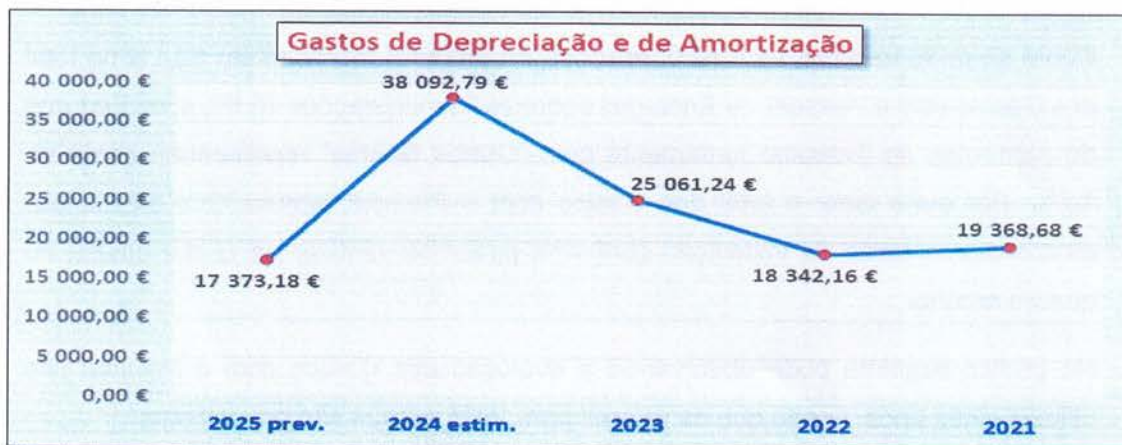
No gráfico seguinte pode observar-se a evolução dos Gastos com o Pessoal nos últimos cinco anos, sendo que os valores para 2025 e 2024 são previsionais.



Lembramos que o valor no gráfico estimado para 2024 de 386.531,44 € diz respeito ao orçamentado em novembro de 2023, para o ano de 2024, quando o único valor concreto que existia na altura era o de 2022 com 356.075,32 €. O valor de 386.531,44 € representava um aumento de 8,5%, sendo, no entanto, que se veio a verificar um aumento de 16,6% de 2022 para 2023, quando se constatou que o total com os Gastos com o pessoal atingiu o valor de 415.309,78 € por força das atualizações forçadas pelo Contrato Coletivo de Trabalho do setor. Perante este valor é de pressupor que o total dos Gastos com o Pessoal no final de 2024 atinjam um valor perto de 445.000,00 €.

3.4) Outros Gastos e Perdas – para 2024 estão orçamentados 2.353,22 € e, que no total dos gastos da instituição representam 0,3%.

3.5) Gastos de Depreciação e de Amortização – estima-se para 2025 um valor de 17.373,18 €, relativo aos Ativos/Investimentos da instituição e, representam cerca de 2,4% dos custos totais da instituição. No gráfico seguinte pode observar-se a evolução destes gastos/custos nos últimos cinco anos, sendo que relativamente a 2025 e 2024 são previsionais.





Handwritten signature and date: 14 de Fevereiro

3.6) **Total de Gastos/Custos** – no gráfico seguinte pode observar-se o “peso” de cada um dos gastos/custos atrás enunciados no total dos gastos da instituição (em valor e, em %), estimados para 2025.

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



4) RESULTADOS LÍQUIDOS DO PERÍODO

Estima-se para 2025 um Resultado líquido positivo no valor de **4.184,29 €**. No gráfico seguinte pode observar-se a evolução destes resultados nos últimos cinco anos, sendo que relativamente a 2025 e 2024 são previsionais.



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.

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.



Handwritten signature and name:
Telma

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;
- ✓ 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	
FEMININO	20	8	4	32
MASCULINO	15	8	4	27
TOTAL	35	16	8	59

De acordo com os resultados apresentados na tabela 1 podemos concluir que atualmente temos um total de **59** utentes a frequentar as diferentes respostas sociais da nossa instituição.

Na resposta social de ERPI temos um total de **35 utentes**, em Centro de Dia temos **16 utentes** e em Serviço de Apoio Domiciliário temos **8 utentes**.

Podemos ainda observar que é equivalente a representatividade de utentes do género feminino e masculino nas respostas sociais de CD e SAD. Por sua vez, na resposta social de ERPI temos apenas mais 5 utentes do género feminino.



Destacar ainda que face ao ano anterior houve um aumento de 5 utentes na resposta social de CD.

Tabela 2: Idades dos utentes que frequentam as respostas sociais de ERPI, CD e SAD

IDADES	RESPOSTA SOCIAL			TOTAL
	ERPI	CD	SAD	
50 – 59 anos	0	0	1	1
60 – 70 anos	2	0	0	2
71 – 80 anos	2	3	4	9
81 – 90 anos	23	11	2	36
91 – 100 anos	8	2	1	11
TOTAL	35	16	8	59

Segundo os resultados observados na tabela 2 verificamos que os utentes que frequentam as respostas sociais da nossa instituição estão, na sua maioria, representados na faixa etária dos 81 aos 90 anos, concluindo desta forma que a nossa instituição atualmente encontra-se a dar 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			TOTAL	FEMININO			TOTAL
RESPOSTA SOCIAL		ERPI	CD	SAD		ERPI	CD	SAD	
IDADES	50 – 59 anos	0	0	1	1	0	0	0	0
	60 – 70 anos	1	0	0	1	1	0	0	1
	71 – 80 anos	1	2	2	5	1	1	2	4
	81 – 90 anos	11	4	1	16	12	7	1	20
	91 - 100 anos	2	2	0	4	6	0	1	7
	101 – 110 anos	0	0	0	0	0	0	0	0

Na tabela 3 podemos analisar as idades dos utentes, segundo o género, a frequentar as respostas sociais de ERPI, CD e SAD.



Handwritten signature and name:
Telmo de Freitas

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 incutir um maior dinamismo sociocultural, tanto no individual como no coletivo, ser animador é ter um papel social. Em Instituições, como em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas, 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

contribuiu 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 2024 mantêm-se, uma vez que os resultados têm sido benéficos para os utentes.

Desta forma, o Plano de Intervenção/ Plano de Atividades para 2025 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;
- Desenvolver a motricidade e precisão manual;
- Aumentar a coordenação de movimento;
- Desenvolver a coordenação Físico-motor;
- 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.



Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários	
Janeiro	Expressão Físico -Motora (3 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; - Utentes;	- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	Respostas Sociais: - ERPI; - Centro de Dia; - Serviço de Apoio Domiciliário.	
	Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana)	- Desenvolver a motricidade e precisão manual; - Aumentar a coordenação de movimento;	- Comemorar o Dia de Reis; - Realizar trabalhos para decoração;	Materiais: - Material diverso de Atividade Física na área da expressão plástica			
	Comemoração da Passagem de Ano e Dia da Paz (Dia 1 de Janeiro)	- Desenvolver a coordenação Físico-motor;	- Promoção com atualização diária da Instituição.				
	Comemoração do Dia de Reis (6 De Janeiro)	- Assegurar as condições de bem-estar físico e psicológico dos utentes;	- Proporcionar momentos de lazer, descontração.				
	Expressões Manual - Dia da Saúde - 30/01	- Aumentar a autoestima;					
	Convívio - Lanche de Reis - 06/01	- Desenvolver a criatividade e imaginação de cada utente;					
	Comemoração dos Aniversários	- Estimular autonomia do idoso;					
	Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	- 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.				



Amelia Telmatis

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Fevereiro	<p>Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana)</p> <p>Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana)</p> <p>Expressões Manual</p> <p>- Dia dos Namorados - Amor e Amizade – Preparação de atividade (14 de Fevereiro)</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-motor;- 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;- Proporcionar momentos de lazer, descontração;- Promover o encontro geracional.	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2025

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Março	Expressão Físico - Motora (2 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressões Manual - Carnaval - Preparação (4 de Março) - Dia da Mulher - Construção de Lembrança (8 de Março) - Dia do Pai Construção de lembrança (19 de Março) - Primavera (21 de Março) Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos" - Carnaval - Preparação de Máscaras Carnavalescas (13 de Fevereiro)	<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-motor;- 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 Carnaval;- Comemorar O Dia da Mulher;- Comemorar o Dia do Pai;- Comemorar Dia do Pai;- Comemorar a Primavera;- Proporcionar momentos de lazer, descontração;- Promover o encontro geracional.	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.



Luana Telmário

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Abril	Expressão Físico -Motora (2 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressões Manual - Carnaval – Preparação de Máscaras Carnavalescas (13 de Fevereiro) - Celebrar o Dia do Beijo Registro Fotográfico – Beijo à Família (13 de Abril) - Páscoa Construção de lembrança (20 de Abril) - 25 de Abril Construção de lembrança (25 de Abril) Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	<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-motor;- 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 do Beijo;- Comemorar o Dia de Páscoa;- Comemorar o dia 25 de Abril;- Proporcionar momentos de lazer, descontração;- Promover o encontro geracional.	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2025

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Maio	Expressão Físico -Motora (3 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressão Manual -Dia do Trabalhador Construção de Elemento comemorativo alusivo ao tema (1 de Maio) - Dia da Mãe Construção de Lembrança (4 de Maio) - Dia da Espiga Construção de Raminho de Espigas e Rosmaninho (13 de Maio) - Dia da Família Desenvolvimento de postal para as Famílias (15 de Maio) 13 De Maio Assistir às Orações de Fátima. Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	<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-motor;- 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;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.

Handwritten signature and name: Helena



Alma Telmatis

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Junho	Expressão Físico -Motora (3 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressão Manual - Dia de Portugal (10 de Junho) - Santos Populares Construção de Elementos Alegóricos São João (24 de Junho) Sardinhada de São João Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	<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-motor;- 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 e momento de convívio;- Comemoração São João;- Proporcionar momentos de lazer, descontração;	Humanos: <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; Materiais: <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	Respostas Sociais: <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.



Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Julho	Expressão Físico -Motora (3 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressão Plástica - Comemoração do Dia Mundial dos Avós Desenvolvimento de Lembrança (26 de Julho) Comemoração Dia do Emoji (17 de Julho) Dia Internacional dos Amigos (20 de Julho) Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	<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-motor;- 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;	Humanos: <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; Materiais: <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	Respostas Sociais: <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.

Ana Felmeia



Ana
Telmário

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Agosto	Expressão Físico - Motora (3 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressão Manual - Dia da Fotografia (19 de Agosto) Sessão Fotográfica Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	<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-motor;- 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;- Promover a motricidade fina do idoso;- Decorar a InstituiçãoCelebrar a chegada do verão com registo fotográfico	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2025

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Setembro	<p>Expressão Físico -Motora (3 vezes por semana)</p> <p>Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual - Chegada do Outono Criação de Cenário Alusivo ao Outono (22 de Setembro)</p> <p>- Dia Mundial do Coração Criação de Coração - Cenário (29 de Setembro)</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-motor;- 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;- Celebrar a chegada do Outono;- Celebrar o Dia Mundial do Coração.	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.

[Handwritten signature and initials]



Ana Rita Felicitis

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Outubro	<p>Expressão Físico -Motora (3 vezes por semana)</p> <p>Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana)</p> <p>Expressão Manual - Dia Internacional do Idoso (1 de Outubro)</p> <p>- Dia do - 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-motor;- 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;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.



PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2025

Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Novembro	Expressão Físico - Motora (3 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressão Manual - Preparação do Natal (Início da decoração alusiva à época natalícia) Comemoração - Dia de São Martinho (11 de Novembro) Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	<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-motor;- 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;- Utentes; <p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	<p>Respostas Sociais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.

25
Ana
Telmo de Freitas



Ana
relmris

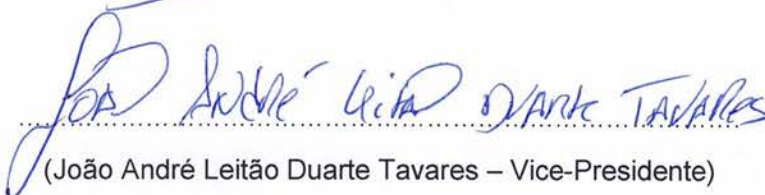
Mês	Atividade	Objetivos	Finalidade	Recursos Humanos/Materiais	Funções dos Recursos Humanos	Destinatários
Dezembro	Expressão Físico -Motora (3 vezes por semana) Massagem de Recuperação / Relaxamento (2 vezes por semana) Expressão Manual - Continuação dos preparativos para o Natal. - Elaboração das Prendas para os utentes. - Criação da Árvore de Natal e Presépio - Construção de Centros de Mesa Eventos Festa de Natal Comemoração dos Aniversários Atualização da Página de Facebook "Lar de Verdelhos"	<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-motor;- 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 Convides de Natal;- Festa de Natal para convívio entre utentes, familiares, colaboradores, sócios e Direção;- Comemorar o Natal	Humanos: <ul style="list-style-type: none">- Animador Sociocultural;- Utentes; Materiais: <ul style="list-style-type: none">- Material diverso de Atividade Física- Material diverso na área da expressão plástica;	<ul style="list-style-type: none">- Acompanhamento e monitorização da atividade e avaliação dos utentes	Respostas Sociais: <ul style="list-style-type: none">- Lar;- Centro de Dia;- Serviço de Apoio Domiciliário.

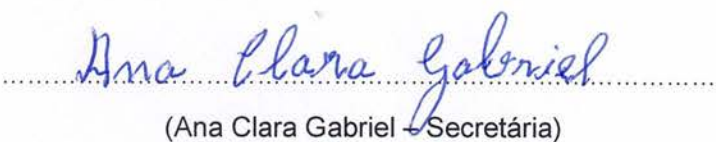


Verdelhos, 04 de novembro 2024

A Direção


.....
(Adelino Leitão Duarte – Presidente)


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


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


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


.....
(Telma Patrícia Correia Pais – Vogal)