



**Centro Social Cultural e Recreativo**  
**POUTENA**

**PLANO DE ATIVIDADES  
E ORÇAMENTO  
ANO 2026**

# 1. ● DENOMINAÇÃO SOCIAL

CENTRO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVO DE POUTENA

**Sede:** Rua do Rossio nº32, 3780-594 – Poutena

**NIF:** 501601210

**NISS:** 20008940686

**Contactos:**

**Telef:** 231959724

**Email:** [geral@cscroutinga.pt](mailto:geral@cscroutinga.pt)

**Website:** <http://www.cscroutinga.pt>

**Ramos de Actividades:**

CAE: 88101 – Actividade de apoio social para pessoas idosas sem alojamento;

CAE: 87301 – Atividades de apoio social para pessoas idosas, com alojamento;

CAE: 93192 – Outras actividades desportivas, N.E.

CAE: 88910 – Atividades de cuidados para crianças, sem alojamento

CAE: 56220– Atividades de serviço de fornecimento de refeições por contrato e outras actividades de serviços de alimentação

# 2. CORPOS SOCIAIS

## **Assembleia Geral**

Presidente - Armando Moreira Rodrigues

1º Secretário - José Carlos Rodrigues Graça

2º Secretário - Carlos Eduardo Rosa Pinto

## **Direção**

Presidente - Tiago Dinis Moraes Patrão

Vice-Presidente - André Miguel Bento Gonçalves

Secretária - Dora Isabel Ferreira Mosca

Tesoureira - Susana Paula Ferreira Costa

1º Vogal – Manuel Pinto de Oliveira

2º Vogal - Carlos Alberto Costa Pereira

3º Vogal – Vítor Miguel da Silva Varandas

## **Concelho Fiscal**

Presidente - Fernando Gonçalves Martins

1º Vogal - Carlos Manuel Oliveira Pinto

2º Vogal – Carlos Ferreira dos Santos

# 3. INTRODUÇÃO

Em 2026, a Direção do CSCRP dá continuidade ao trabalho desenvolvido em 2025, assegurando o funcionamento pleno de todas as respostas sociais e o contato próximo com a comunidade. A prioridade será finalizar a obra em curso em ERPI, ampliando a capacidade (9 vagas) e valorizando o edifício, sempre centrados na qualidade dos cuidados prestados.

Em 2026, definimos como meta o início das obras de requalificação do edifício do Centro de Dia, intervenção prioritária face ao atual estado de degradação do imóvel. Em simultâneo, avançaremos com a instalação de um elevador de acesso ao Salão Prof. Maria Eugénia, garantindo melhores condições de acessibilidade e segurança para utentes, familiares e comunidade.

Mantemos como referência a nossa missão, visão e valores, comprometidos

com serviços qualificados e humanizados e com a satisfação contínua dos utentes e da comunidade. Pretendemos responder, com intervenção social estruturada, às necessidades dos seniores, das pessoas em maior vulnerabilidade económica ou social e de quem enfrenta solidão e/ou envelhecimento. Em paralelo, continuaremos a apoiar a infância e a juventude, promovendo um crescimento saudável.

Ao longo deste Plano encontrar-se-ão as atividades previstas para 2026 — sociais, culturais, desportivas e recreativas — bem como os objetivos a atingir, os procedimentos, as metodologias e os recursos a mobilizar, por resposta social, serviço ou secção.

# 4. RECURSOS HUMANOS

## POR RESPOSTA SOCIAL

---

Resposta Social	Categoria	Número previsto
ERPI	Assistente Social	1
	Médica-Medicina Geral e Familiar	1
	Médica-Neurologista	1
	Enfermeiro	4
	Técnica de Animação socio cultural	1
	Fisioterapeuta	1
	Ajudante de Acção Directa	15
Centro de Dia	Auxiliar de Serviços Gerais	2
	Assistente Social	1
	Enfermeiro	1
	Animadora	1
	Fisioterapeuta	1
	Ajudante de Acção Directa	5
	Auxiliar de Serviços Gerais	1
SAD	Assistente Social	1
	Animadora	1
	Ajudante de Acção Directa	8
AAAF	Ajudante de Acção Educativa	4
CATL	Ajudante de Acção Educativa	3
Creche	Educadora de Infância	2
	Ajudante de Acção Educativa	6
	Auxiliar de Serviços Gerais	1

## POR ÁREA DE ACTUAÇÃO

---

<b>Área</b>	<b>Colaboradores</b>	<b>Número previsto</b>
Saúde	Médica	2
	Enfermeiro	4
	Fisioterapeuta	1
Animação	Técnica de Animação socio cultural	1
	Animadora Cultural	2
Auxiliares	Ajudante de Acção Directa	28
	Ajudante de Acção Educativa	13
	Auxiliar de Serviços Gerais	6
Cozinha	Cozinheira	3
	Ajudante de Cozinha	7
Gestão	Técnico de Serviço Social	2
	Administrativa	3
	Contabilista	1
Educação	Educadoras de Infância	2

## 5. UTENTES

### Média de utentes previstos

---

<b>Área</b>	<b>Capacidade</b>	<b>Capacidade 2026</b>	<b>Frequência actual</b>	<b>Frequência prevista</b>
ERPI	30	39	30	37
Centro de Dia	50	50	48	50
SAD	35	35	34	35
AAAF	N.A.	N.A.	58	57
CATL	40	40	16	18
Creche	39	39	34	36

# 6. ERPI – ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) tem como objectivo central o acolhimento e a integração de idosos em regime de internamento, assegurando uma resposta social contínua, 24h/dia, com serviços de higiene e conforto, cuidados de saúde, imagem, alimentação e acompanhamento. Promovemos a autonomia e o bem-estar através de planos de intervenção personalizados, ajustados às necessidades e expectativas de utentes e familiares.

Ambicionamos um serviço de excelência, orientado para a realização pessoal de cada idoso, potenciando a qualidade de vida e longevidade com dignidade.

## Objectivos

- Garantir a satisfação das necessidades básicas e o apoio nas Atividades de Vida Diária (AVD's);
- Melhorar a qualidade de vida de utentes e famílias;
- Preservar e incentivar as relações inter-familiares;
- Reduzir o isolamento e a solidão;
- Estabilizar ou retardar efeitos negativos do envelhecimento;
- Prevenir situações de dependência, promovendo a autonomia;
- Colaborar e/ou assegurar o acesso à prestação de cuidados de saúde.

## ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

A Animação Sociocultural em ERPI tem como finalidades:

- Intervenção nas demências através de atividades lúdicas e de lazer inspiradas em princípios de terapias

não farmacológicas, nomeadamente: terapia da validação, terapia da reminiscência, terapia de orientação para a realidade e estimulação multissensorial;

- Promover jogos psicomotores em grupo, de natureza lúdica e social, que impliquem a prática de exercício físico, a interacção grupal e a alegria;
- Desenvolver actividades que valorizem as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso;
- Valorizar a formação ao longo da vida;
- Promover a inovação e novas descobertas;
- Proporcionar apoio psicológico, emocional e social;
- Desenvolver actividades que promovam a interacção entre o idoso e o seu grupo de pares, que promovam uma comunicação eficaz e suscitem o sentimento de pertença ao grupo;
- Desenvolver um ambiente de alegria, bem-estar e felicidade.

ÁREA	ACTIVIDADES	OBJECTIVOS GERAIS
<b>EXPRESSÃO E COMUNICAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atelier de Expressão plástica/trabalhos manuais</li> <li>• Sessões de Expressão Musical</li> <li>• Sessões fotográficas e/ou gravação de vídeos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver a criatividade, a expressão de ideias, emoções, saberes e talentos;</li> <li>- Promover a coesão grupal o convívio;</li> <li>- Proporcionar novos desafios e aprendizagens;</li> <li>- Promover a estimulação cognitiva, sensorial e motora;</li> <li>- Proporcionar momentos de bem-estar e relaxamento.</li> </ul>
<b>SOCIAL E CULTURAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passeios coletivos (Ex.: praias; parques de merendas; feiras; romarias; etc.)</li> <li>• Festas</li> <li>• Convívios: intravalência; intervalências; intergeracionais; interinstitucionais; familiares.</li> <li>• Atelier Cultural: espetáculos musicais; teatro; cinema; etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o convívio e lazer;</li> <li>- Proporcionar momentos de bem-estar e alegria;</li> <li>- Promover o desenvolvimento intelectual e cultural;</li> <li>- Facilitar a integração dos utentes na celebração de festas, tradições e acontecimentos com significado cultural/social a nível local, nacional e/ou internacional;</li> <li>- Minimizar o sedentarismo.</li> </ul>

<b>VALORIZAÇÃO PESSOAL E SOCIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comemoração de Aniversários</li> <li>• “Viagens pelas imagens” – visionamento de fotos e vídeos dos utentes</li> <li>• Momentos de diálogo e apoio ao utente</li> <li>• Videochamadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proporcionar bem-estar e aumento da autoestima;</li> <li>- Desenvolver e reforçar laços afetivos;</li> <li>- Promover a interação social entre técnicos, utentes, famílias e comunidade.</li> </ul>
<b>LÚDICA E RECREATIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de mesa e tabuleiro</li> <li>• Jogo do Bingo</li> <li>• Atelier de Culinária</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o convívio, entreajuda e coesão;</li> <li>- Promover a autorrealização desenvolvendo capacidades, saberes e talentos;</li> <li>- Proporcionar alegria e diversão;</li> <li>- Minimizar o sedentarismo;</li> <li>- Promover a estimulação sensorial, cognitiva e motora.</li> </ul>
<b>COGNITIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• “Lado a Lado para Reencontrar” – estimulação emocional, cognitiva, sensorial e motora individualizada</li> <li>• Atelier de estimulação sensorial, cognitiva e motor em pequeno grupo – “Atelier de memória”</li> <li>• “Ocupar para Recordar” – sessões de estimulação das faculdades intelectuais realizada em grande grupo.</li> <li>• “Leituras Sem Idade”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular várias áreas do funcionamento cognitivo;</li> <li>- Promover novas aprendizagens e competências;</li> <li>- Contribuir para a manutenção ou melhoria da autonomia funcional;</li> <li>- Promover o bem-estar afetivo através da preservação, valorização e desenvolvimento da identidade e personalidade individuais.</li> </ul>
<b>ESPIRITUAL E RELIGIOSA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Missa</li> <li>• Rezar o terço em grupo</li> <li>• Celebração de eventos religiosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter hábitos e costumes espirituais e religiosos;</li> <li>- Promover o bem-estar espiritual.</li> </ul>

<b>INTELECTUAL/ FORMATIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ações educativas sobre temas diversos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover novas aprendizagens e competências;</li> <li>- Promover o desenvolvimento intelectual</li> </ul>
<b>DESPORTIVA/ FÍSICO-MOTORA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• “Classe de Movimento”</li> <li>• Caminhadas</li> <li>• Dança Séniors</li> <li>• Jogos fisico-motores</li> <li>• Jogos do Hélder</li> <li>• “Movimento Séniors É Vida”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter ou melhorar a autonomia funcional;</li> <li>- Promover um estilo de vida saudável através da prática do exercício físico;</li> <li>- Promover o bem-estar e o convívio.</li> </ul>
<b>VIDA QUOTIDIANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoio a atividades da vida quotidiana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o bem-estar e a auto-realização.</li> <li>- Facilitar e apoiar a concretização de hábitos pessoais da vida quotidiana;</li> </ul>

## 7. CENTRO DE DIA

O Centro de Dia é uma resposta social que tem como principal objetivo contribuir para a manutenção do idoso no seu meio sociofamiliar, prestando um conjunto diversificado de serviços que promovem o bem-estar e a qualidade de vida dos seus utentes.

A equipa técnica do Centro de Dia dedica-se à valorização e ao desenvolvimento do apoio psicossocial, procurando reduzir a vulnerabilidade e o isolamento social a que as pessoas idosas muitas vezes estão sujeitas. O nosso propósito é proporcionar aos

utentes momentos de ocupação significativa e de lazer, que permitam um melhor aproveitamento do tempo livre, incentivando a participação ativa nas diversas atividades promovidas pela instituição.

O Centro de Dia pretende ser um espaço de acolhimento, partilha e bem-estar, onde se desenvolvem atividades ocupacionais, recreativas e terapêuticas adaptadas às necessidades e capacidades de cada utente. Estas atividades têm como finalidade promover a qualidade de vida, através da prevenção,

estimulação e manutenção das capacidades físicas, cognitivas, emocionais e sociais, valorizando sempre a individualidade, a dignidade e a autonomia de cada pessoa.

### **Horário de Funcionamento**

O Centro de Dia funciona em regime diurno:

- Segunda a sexta-feira: das 8h às 20h;
- Sábados e feriados: das 8h às 16 h;
- Domingo: Distribuição de alimentação no domicílio.

### **Serviços**

- Alimentação equilibrada e adequada às necessidades individuais;
- Higiene pessoal;
- Cuidados de enfermagem e fisioterapia;
- Transporte diário;
- Tratamento de roupa;
- Acompanhamento técnico e social personalizado.

### **Objectivos**

O funcionamento do Centro de Dia assenta nos seguintes objetivos:

- Reduzir o isolamento social e os seus efeitos negativos;
- Retardar os efeitos do envelhecimento, promovendo uma velhice ativa, saudável e com significado;
- Dinamizar e ocupar os utentes de acordo com os seus interesses e capacidades, reforçando laços de solidariedade e de convivência;
- Estimular o convívio, a interação e a participação comunitária, valorizando o papel ativo de cada indivíduo na sociedade;
- Promover a autonomia e prevenir a institucionalização precoce;
- Assegurar cuidados físicos, psicológicos e sociais que contribuam para o equilíbrio e bem-estar dos utentes e suas famílias;
- Colaborar na prestação de cuidados de saúde, em articulação com os profissionais e serviços competentes.

## ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

---

A Animação sociocultural em Centro de Dia tem como principais finalidades:

- Valorizar as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso, aumentando a sua auto-estima e autoconfiança;
- Proporcionar uma vida mais harmoniosa, atractiva e dinâmica com a participação e envolvimento do idoso;
- Incrementar a ocupação adequada do tempo livre de forma a evitar que o tempo de ócio seja alienante, passivo e despersonalizante;
- Valorizar a formação ao longo da vida;
- Promover a inovação e novas descobertas;
- Proporcionar apoio psicológico, emocional e social;
- Promover actividades que previnam o declínio físico e psicossocial do idoso;
- Promover a interacção entre o idoso e o seu grupo de pares e suscitar o sentimento de pertença ao grupo;
- Rentabilizar os serviços e recursos comunitários para melhorar a qualidade de vida do idoso.
- Desenvolver um ambiente de alegria, bem-estar e felicidade

---

ÁREA	ACTIVIDADES	OBJECTIVOS GERAIS
------	-------------	-------------------

<b>EXPRESSÃO E COMUNICAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atelier de Expressão plástica/trabalhos manuais</li> <li>• Sessões de Expressão Musical</li> <li>• Sessões fotográficas e/ou gravação de vídeos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver a criatividade, a expressão de ideias, emoções, saberes e talentos;</li> <li>- Promover a coesão grupal, o convívio e o lazer;</li> <li>- Proporcionar novos desafios e aprendizagens;</li> <li>- Promover a estimulação cognitiva, sensorial e motora;</li> <li>- Proporcionar momentos de bem-estar e relaxamento.</li> </ul>
<b>SOCIAL E CULTURAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passeios colectivos (Ex.: praias; parques de merendas; feiras; romarias; etc.)</li> <li>• Festas</li> <li>• Convívios: intravalência; intervalências; intergeracionais; interinstitucionais; familiares.</li> <li>• Atelier Cultural: espectáculos musicais; teatro; cinema; etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o convívio e lazer;</li> <li>- Proporcionar momentos de bem-estar e alegria;</li> <li>- Promover o desenvolvimento intelectual e cultural;</li> <li>- Facilitar a integração dos utentes na celebração de festas, tradições e acontecimentos com significado cultural/social a nível local, nacional e/ou internacional;</li> <li>- Minimizar o sedentarismo.</li> </ul>
<b>VALORIZAÇÃO PESSOAL E SOCIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comemoração de Aniversários</li> <li>• “Viagens pelas imagens” – visionamento de fotos e vídeos dos utentes</li> <li>• Momentos de diálogo e apoio ao utente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Proporcionar bem-estar e aumento da auto-estima;</li> <li>- Desenvolver e reforçar laços afectivos;</li> <li>- Promover a interacção social entre técnicos, utentes, famílias e comunidade.</li> </ul>
<b>LÚDICA E RECREATIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de mesa e tabuleiro</li> <li>• Jogo do Bingo</li> <li>• Atelier de Culinária</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o convívio, entreajuda e coesão grupal;</li> <li>- Promover a auto-realização desenvolvendo capacidades, saberes e talentos;</li> <li>- Proporcionar alegria e diversão;</li> <li>- Minimizar o sedentarismo;</li> <li>- Promover a estimulação sensorial, cognitiva e motora.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● “Lado a Lado para Reencontrar”</li> <li>– estimulação emocional, cognitiva, sensorial e motora individualizada</li> <li>● Atelier de estimulação sensorial, cognitiva e motor em pequeno grupo – “Atelier de memória”</li> <li>● “Ocupar para Recordar”</li> <li>– sessões de estimulação das faculdades intelectuais realizada em grande grupo.</li> <li>● “Leituras Sem Idade”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular várias áreas do funcionamento cognitivo;</li> <li>- Promover novas aprendizagens e competências;</li> <li>- Contribuir para a manutenção ou melhoria da autonomia funcional;</li> <li>- Promover o bem-estar afectivo através da preservação, valorização e desenvolvimento da identidade e personalidade individuais.</li> </ul>
<b>COGNITIVA</b>		
<b>ESPIRITUAL E RELIGIOSA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Missa</li> <li>● Rezar o terço em grupo</li> <li>● Celebração de eventos religiosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter hábitos e costumes espirituais e religiosos;</li> <li>- Promover o bem-estar espiritual.</li> </ul>
<b>INTELECTUAL/FORMATIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Acções educativas sobre temas diversos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover novas aprendizagens e competências;</li> <li>- Promover o desenvolvimento intelectual e cultural;</li> </ul>
<b>DESPORTIVA/FÍSICO-MOTORA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● “Classe de Movimento”</li> <li>● Caminhadas</li> <li>● Dança Séniors</li> <li>● Jogos físico-motores</li> <li>● Jogos do Helder</li> <li>● “Movimento Séniors É Vida”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter ou melhorar a autonomia funcional;</li> <li>- Promover um estilo de vida saudável através da prática do exercício físico;</li> <li>- Promover o bem-estar e o convívio.</li> </ul>
<b>VIDA QUOTIDIANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Apoio a actividades da vida quotidiana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o bem-estar e a auto-realização.</li> <li>- Facilitar e apoiar a concretização de hábitos pessoais da vida quotidiana;</li> </ul>

# 8. SAD - SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta social que visa prestar cuidados personalizados e individualizados no domicílio, assegurando o bem-estar dos utentes e das suas famílias. Destina-se a pessoas que, por motivos de doença, deficiência ou dependência, necessitam de apoio na satisfação das suas necessidades básicas e na realização das atividades da vida diária. O SAD procura evitar ou retardar a institucionalização, permitindo que os utentes permaneçam no seu domicílio, num ambiente familiar, seguro e de conforto.

## Horário de Funcionamento

- Segunda a sexta-feira: 8 h às 20h
- Sábados e domingos: 8 h às 17 h
- Feriados: 8 h às 13h

As equipas do SAD deslocam-se ao domicílio entre uma e três vezes por dia, conforme o contrato de serviços estabelecido e as necessidades do

utente. O serviço adota um modelo centrado na pessoa, promovendo a autonomia, a autoconfiança e a dignidade do idoso. Através de uma equipa multidisciplinar, privilegia-se a proximidade e a colaboração com as famílias, reforçando laços de afeto e integração comunitária.

## Serviços

- Alimentação (fornecimento e/ou confeção de refeições);
- Higiene pessoal;
- Higiene da roupa;
- Higiene habitacional;
- Atividades de animação e estimulação;
- Acompanhamento técnico e social.

Os serviços são disponibilizados cinco ou sete dias por semana, conforme as necessidades e solicitações do utente e/ou da sua família.

## Objetivos

---

- Garantir a satisfação das necessidades básicas e o apoio nas atividades da vida diária (AVD's);
- Promover o bem-estar físico e emocional dos utentes;
- Retardar as consequências do envelhecimento e prevenir a dependência;
- Melhorar a qualidade de vida dos utentes e das famílias;
- Combater o isolamento e a solidão;
- Evitar ou retardar a institucionalização;

## ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

---

A Animação sociocultural em SAD tem como finalidades:

- Minimizar o isolamento social promovendo actividades de socialização;
- Atenuar o sentimento de solidão e melhorar a auto-estima mediante o desenvolvimento de uma ligação de proximidade afetiva e de confiança com o utente;
- Facilitar e apoiar a concretização de interesses culturais,

expressivos, sociais e de lazer de forma personalizada;

- Promover a manutenção da autonomia através da realização de actividades de estimulação cognitiva, sensorial e motora;
- Facilitar o acesso a bens e serviços através do apoio na concretização de actividades instrumentais da vida diária;
- Promover o bem-estar, a felicidade e a satisfação com a vida.

ÁREA	ACTIVIDADES	OBJECTIVOS GERAIS
<b>EXPRESSÃO E COMUNICAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressão plástica/trabalhos manuais</li> <li>• Expressão Musical “Sons e cantos”</li> <li>• Sessões fotográficas e/ou gravação de vídeos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver a criatividade, a expressão de ideias, emoções, saberes e talentos;</li> <li>- Promover o convívio e o lazer;</li> <li>- Proporcionar novos desafios e aprendizagens;</li> <li>- Promover a estimulação psicomotora;</li> </ul>
<b>SOCIAL e CULTURAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Convívios presenciais</li> <li>• Passeios: individuais ou colectivos (ex.: praias, parques de merendas, feiras, romarias, etc.)</li> <li>• “Chá da amizade”</li> <li>• Assistir a espectáculos culturais, exposições, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover a interacção social entre os utentes de Serviço Domiciliário e os utentes de Centro de Dia e ERPI, e com os familiares e comunidade.</li> <li>- Celebrar festas, tradições e acontecimentos com significado cultural/social a nível local, nacional e/ou internacional;</li> <li>- Promover o desenvolvimento intelectual e cultural.</li> </ul>
<b>VALORIZAÇÃO PESSOAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comemoração de Aniversários</li> <li>• “Viagens pelas imagens” – visionamento de fotos e vídeos das actividades realizadas</li> <li>• Diálogo</li> <li>• Telefonemas de acompanhamento</li> <li>• Oferta de lembranças</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o contacto com a família, amigos e comunidade</li> <li>- Proporcionar bem-estar e aumento da auto-estima</li> <li>- Desenvolver e reforçar laços afectivos</li> <li>- Promover a comunicação</li> <li>- Celebrar e relembrar tradições e efemérides com significado cultural/social a nível local e nacional.</li> </ul>
<b>LÚDICA E RECREATIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de mesa e tabuleiro</li> <li>• “Leituras sem Idade”</li> <li>• Hora do conto: “Conta-me histórias”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proporcionar alegria e diversão</li> <li>- Promover a estimulação cognitiva e motora</li> <li>- Promover o lazer</li> </ul>

<b>COGNITIVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercícios e jogos de estimulação cognitiva, sensorial e motora</li> <li>• Sessão de adivinhas e provérbios</li> <li>• Actividades de leitura, composição oral e escrita</li> <li>• Actividades de reminiscência</li> <li>• Jogos estimulação com recursos a tablet</li> <li>• Visualização de vídeos (música, etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular várias áreas do funcionamento cognitivo</li> <li>- Promover novas aprendizagens e competências</li> <li>- Manter ou melhorar a autonomia funcional</li> <li>- Promover o bem-estar afectivo através da preservação, valorização e desenvolvimento da identidade e personalidade individuais.</li> <li>- Promover o diálogo</li> </ul>
<b>ESPIRITUAL E RELIGIOSA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assistir a celebração de eventos religiosos</li> <li>• Aceder a textos de cariz religioso e espiritual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter hábitos e costumes espirituais e religiosos;</li> <li>- Promover o bem-estar espiritual.</li> </ul>
<b>DESPORTIVA/ FÍSICO- MOTORA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercícios físicos individualizados</li> <li>• “Movimento Séniior É Vida”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover a manutenção ou melhoria da autonomia funcional;</li> <li>- Promover um estilo de vida saudável através da prática do exercício físico;</li> </ul>
<b>VIDA QUOTIDIANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoio a actividades da vida quotidiana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o bem-estar e a auto-realização.</li> <li>- Facilitar e apoiar a concretização de hábitos pessoais da vida quotidiana;</li> </ul>

# 9. CRECHE

Creche é uma resposta social de natureza socioeducativa, que se destina a dar apoio às famílias e às crianças dos 4 meses aos 3 anos, durante o período de trabalho dos pais, ou de quem exercer as responsabilidades parentais.

Esta resposta presta um conjunto de atividades e serviços adequados à satisfação das necessidades e interesses de cada criança, orientados por um atendimento individualizado, centrado no bem-estar da criança e nas relações de afetividade, que permitem proporcionar o desenvolvimento integral destas num clima de segurança.

O Projeto Educativo que a Creche irá desenvolver nos próximos 2 anos letivos intitula-se: “Notas de Afeto: Música que Educa e Encanta”. Este pretende proporcionar experiências musicais que favoreçam o

desenvolvimento afetivo, cognitivo, motor, social e linguístico das crianças dos 0-3 anos, promovendo o prazer pela música, o relaxamento e o fortalecimento de vínculos afetivos fortes e duradouros.

Durante o período em que estão ao cuidado da nossa Instituição, as crianças vão ter também ao seu dispor um conjunto de Atividades Lúdico Pedagógicas que lhe vão permitir adquirir outras competências e habilidades, além das desenvolvidas em Sala, bem como vivenciar novas experiências, explorar diferentes materiais e descobrir o mundo que as rodeia, através da exploração dos 5 sentidos. São estas Atividades: Babyoga, Expressão Musical e Expressão motora.

## ACTIVIDADES

Tema	Atividades	Objetivos Específicos	Calendarização
<b>recepção e adaptação das crianças ao novo ano letivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar passeios pelos diferentes espaços da Creche;</li> <li>• Realizar atividades no exterior.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar às crianças momentos de bem-estar e segurança, de forma a integrarem-se harmoniosamente no grupo.</li> <li>• Dar a conhecer o espaço físico da Creche;</li> <li>• Integrar as crianças nas rotinas diárias.</li> </ul>	Setembro
<b>Outono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observar as mudanças ocorridas nas árvores e nas folhas;</li> <li>• Conhecer os animais;</li> <li>• Conhecer os Frutos e legumes;</li> <li>• Observar as cores e as transformações ocorridas nesta estação do ano.</li> <li>• Realização da vindima e desfolhada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer as características desta Estação do Ano;</li> <li>• Observar as transformações ocorridas;</li> <li>• Conhecer os frutos;</li> <li>• Conhecer os legumes;</li> <li>• Conhecer os animais.</li> </ul>	Setembro
<b>Dia da Alimentação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fazer Sopa.</li> <li>• Fazer espetadas de fruta.</li> <li>• Fazer panquecas.</li> <li>• Realizar um jogo para fazer a correspondência entre os frutos e as suas imagens.</li> <li>• Incentivar a práticas de uma alimentação saudável.</li> <li>• Incentivar à Higiene Oral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer diferentes alimentos;</li> <li>• Aprender a fazer uma alimentação saudável</li> <li>• Aprender a importância do pequeno-almoço, da sopa e da fruta na alimentação,</li> <li>• Educar para a reciclagem.</li> <li>• Educar para a Higiene Oral.</li> </ul>	Outubro

<b>Dia das Bruxas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Celebrar o Dia das Bruxas</li> <li>• Decorar os espaços da creche com materiais recicláveis e abóboras;</li> <li>• Desfile de Halloween realizado pelas crianças de Creche e AAAF para os idosos de lar e centro de dia (atividade intergeracional).</li> <li>• Baile de Halloween.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer as tradições associadas a este dia</li> <li>• Proporcionar momentos de prazer e bem-estar</li> <li>• Proporcionar momentos de interação e partilha.</li> </ul>	Outubro
<b>Magusto</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar um magusto em interação com as restantes valências da Instituição (atividade intergeracional).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer as tradições associadas a este dia;</li> <li>• Proporcionar momentos de prazer e bem-estar, interação e partilha;</li> <li>• Dar a conhecer as castanhas.</li> </ul>	Novembro
<b>Dia do Pijama</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comemorar o Dia do Pijama.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizar para a necessidade de todas as crianças terem uma casa e família.</li> <li>• Apelar à Solidariedade.</li> </ul>	Novembro
<b>Natal Família</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Decorar a Árvore de Natal;</li> <li>• Montar o Presépio;</li> <li>• Realizar uma prenda para desejar Votos de Um Feliz Natal às famílias;</li> <li>• Realizar uma festa de Natal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar a conhecer os símbolos e tradições relativas à época natalícia;</li> <li>• Inculcar valores de partilha e o espírito de família;</li> <li>• Fomentar a interação entre as crianças, as Famílias e a comunidade educativa.</li> </ul>	Dezembro
<b>Reis Janeiras</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Decorar coroas de Reis Magos;</li> <li>• Contar a história dos Reis Magos;</li> <li>• Cantar as Janeiras;</li> <li>• Realizar um desfile de reis para idosos de Lar e Centro de dia (atividade intergeracional).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer tradições e canções relativas a esta época do ano;</li> <li>• Fomentar o gosto pelas tradições;</li> <li>• Desenvolver o gosto musical;</li> <li>• Proporcionar momentos de partilha e bem-estar.</li> </ul>	Janeiro

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer os símbolos e tradições relativas a esta época festiva;</li> <li>• Proporcionar momentos de alegria e diversão;</li> <li>• Proporcionar momentos de interação e partilha.</li> </ul>	
<b>Carnaval</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar decorações alusivas ao tema;</li> <li>• Realizar um desfile de Carnaval..</li> </ul>	Fevereiro
<b>Primavera</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observar os Animais;</li> <li>• Conhecer os Frutos;</li> <li>• Celebrar o Dia da árvore;</li> <li>• Plantar/semear flores e morangos na horta.</li> <li>• Celebrar a Páscoa.</li> </ul>	Março e Abril
<b>Jardim Sensorial</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar momentos de prazer e bem-estar</li> </ul> <p>Criar mais espaços onde as crianças possam desenvolver-se através da exploração sensorial.</p>	Maio e Junho
<b>Dia do Pai</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar uma prenda;</li> </ul>	
<b>Dia da Mãe</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar uma atividade com a participação dos pais,</li> </ul>	Março
<b>Dia da Criança</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar uma atividade com a participação das crianças e avós.</li> </ul>	Maio
<b>Dia dos Avós</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar atividades que proporcionem diversão e bem estar.</li> </ul>	Junho
<b>Festa Final Ano</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar uma festa de final de ano.</li> </ul>	Julho
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar momentos de bem-estar, interação e partilha.</li> </ul>	

<b>Expressão Musical</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a linguagem;</li> <li>• Desenvolver o sentido rítmico;</li> <li>• Contatar com os diferentes instrumentos;</li> <li>• Desenvolver coreografias e mímicas para as diferentes canções.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar momentos de bem-estar, interação e partilha.</li> </ul>	Novembro a Junho
<b>Babyoga</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a concentração;</li> <li>• Desenvolver o conhecimento através da exploração sensorial;</li> <li>• Proporcionar momentos de Relaxamento;</li> <li>• Identificar as diferentes partes do corpo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercícios de respiração, relaxamento e exploração sensorial.</li> <li>• Exercícios de reconhecimento das diferentes partes do corpo e da exploração dos sentidos.</li> </ul>	Novembro a Junho
<b>Expressão Motora</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a Motricidade grossa e diferentes habilidades motoras.</li> </ul>	<p>Jogos de coordenação equilíbrio</p> <p>Jogos de concentração</p> <p>Jogos com bola</p> <p>Exercícios motores organizados em percursos e estações.</p>	Novembro a Junho
<b>“Notas de Afeto: Música que Educa e Encanta”</b>	<p>Afeto:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover a interação escola-crianças-famílias-idosos</li> <li>• Realizar uma exposição</li> </ul>	<p>Criar uma mala que viage de família em família e recolha canções, instrumentos, fotografias, objetos, que possam transmitir conhecimento e ser partilhados com outras crianças e idosos.</p> <p>Realizar uma exposição do resultado da atividade para toda a comunidade educativa.</p>	

# 10. CATL – CENTRO DE ACTIVIDADES DE TEMPOS LIVRES/ EXTENSÕES DE HORÁRIO E INTERRUPÇÕES LECTIVAS

O Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL) funciona nas instalações do Centro Social, Cultural e Recreativo de Poutena desde 01/11/2007, com capacidade para 40 crianças e Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 20 utentes.

Trata-se de uma resposta socioeducativa de apoio à criança e à família, centrada na ocupação qualificada dos tempos livres de crianças do 1.º ciclo (6–10 anos), em articulação com a Escola do 1.º Ciclo da Poutena.

Promovemos um ambiente seguro e participativo, oferecendo atividades diversificadas que as crianças escolhem e frequentam livremente, respeitando o ritmo, os interesses e as características

de cada grupo.  
“Brincar é aprender a vida com alegria.”

## Objectivos

1. Apoiar as famílias na conciliação entre vida familiar, escolar e profissional.
2. Desenvolver competências pessoais, sociais e académicas das crianças.
3. Promover autonomia, cidadania, criatividade e hábitos de vida saudáveis.
4. Garantir segurança, bem-estar emocional e inclusão de todas as crianças.
5. Reforçar a ligação escola-família-comunidade.

# 11.

## AAAF - ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO E APOIO À FAMÍLIA

As Atividades de Animação e Apoio à Família (AAAF) são dinamizadas por colaboradores do CSCRp nas instalações do Jardim-de-Infância de Poutena e do Jardim-de-Infância de Vilarinho do Bairro, em regime de prestação de serviços com a Câmara Municipal de Anadia.

As AAAF respondem às necessidades das famílias na conciliação entre vida pessoal/profissional e os horários dos estabelecimentos de educação, promovendo a socialização e o bem-estar das crianças. Destinam-se a crianças dos 3 aos 6 anos que frequentam os jardins-de-infância referidos, funcionando antes e depois do período letivo e nas interrupções letivas.

O serviço garante tempo lúdico e criativo, salvaguardando o direito a brincar, ao tempo livre e de lazer, ao convívio e à imaginação. Sendo um processo educativo informal, privilegia-se a liberdade de escolha e o

envolvimento ativo da criança. Em linha com as orientações do serviço, o prolongamento assenta na animação socioeducativa: não é uma sobrecarga pedagógica, mas sim uma experiência lúdica, segura e enriquecedora, que complementa a escola.

### Objectivos

- Apoiar as famílias na gestão de horários, assegurando acolhimento qualificado.
- Promover socialização, autonomia, criatividade e desenvolvimento global.
- Estimular hábitos de vida saudáveis e competências socioemocionais.
- Garantir um ambiente seguro, inclusivo e afetuoso.
- Articular com educadores, escolas e famílias para continuidade educativa.

## ACTIVIDADES AAAF / CATL

Atividade	Descrição Procedimentos Tarefas	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Calendarização											
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Cantar as Janeiras	Saída com as crianças de AAAF e CATL para cantar as Janeiras em lugares específicos da Poutena	Aj. ação educativa													
Desfile de Carnaval	Desfile de Carnaval nas ruas da Poutena com as crianças de AAAF, CATL, Escola Primária, Jardim de Infância de Poutena e Vilarinho do Bairro	Aj. ação educativas	Carrinha do CSCR												
Dia do Pai	Cada criança faz uma prenda/lembrança para entregar ao Pai	Aj. ação educativas													
Dia da Árvore	Plantar árvores/flores no Jardim Intergeracional com crianças de AAAF e CATL	Aj. ação educativas													
Férias da Páscoa	Passeio com as crianças ao parque infantil de Mira, caça ao ovo, atelier de culinária	Aj. ação educativas	Carrinha do CSCR												
Sela e Brindão	Passeio com as crianças à escola de equitação	Aj. ação educativas	Carrinha do CSCR												
Dia da Mãe	Cada criança faz uma prenda/lembrança para entregar à Mãe	Aj. ação educativas, Animadora													
Dia da Criança	Festejo do Dia da Criança com brincadeiras, insufláveis e cúpula planetária para as crianças de AAAF Poutena e Vilarinho do Bairro e CATL	Aj. ação educativas, Animadora,													

Atividade	Descrição Procedimentos Tarefas	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Calendarização											
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Out	Nov	Dez
<b>Festa de Fim de Ano</b>	Convívio Intergeracional no Jardim	Aj. ação educativas, Animadora, Motoristas.													
<b>Wordsense</b>	Passeio com as crianças	Aj. ação educativas,	Comboio												
<b>Idas à Praia</b>	Ida à praia e Praias Fluviais durante as férias de Verão..	Aj. ação educativas, Motorista.	Autocarro da Câmara de Anadia, comboio e Carrinha												
<b>Estádio Alvalade XXI</b>	Passeio com as crianças	Aj. ação educativas	Autocarro da Câmara de Anadia												
<b>Dia da Alimentação</b>	Lanche saudável com tortilhas de milho e arroz	Aj. ação educativas, Animadora													
<b>Festa Halloween</b>	Decoração de abóboras – actividade intergeracional	Aj. ação educativas,	Abóboras												
<b>Dia de São Martinho</b>	Comemoração do Dia de São Martinho com a realização de um magusto intergeracional	Aj. ação educativas,	castanhas												
<b>Dia do Pijama</b>	Festejo do Dia do Pijama. Entrega de casinhas e sensibilização das crianças para o tema	Aj. ação educativas													

Atividade	Descrição Procedimentos Tarefas	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Calendarização											
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
<b>Férias de Natal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Realização uma festa de Natal em parceria com o Jardim de Infância da Poutena e a Escola Primária da Poutena</li> <li>- Decorar as diversas salas da infância AAAAF e CATL;</li> <li>- Realização de uma pequena lembrança para a árvore de Natal da família</li> </ul>	Aj. ação educativa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prendas de Natal;</li> <li>Material de desgaste (cartolinhas, tecidos, fios...)</li> <li>Computador portátil, coluna.</li> </ul>												
<b>Passeio de Natal</b>	Passeio com as crianças de CATL ao Castelo Mágico de Montemor-o-Velho e à Aldeia do Rodolfo em Anadia	Aj. ação educativas, Animadora, Motoristas.	Autocarro da Câmara de Anadia												
<b>Expressão Motora</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Aquecimento</li> <li>· Corrida</li> <li>· Salto</li> <li>· Jogos com bola</li> </ul>	Aj. ação educativas	Bolas												
<b>Expressão Plástica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Modelagem;</li> <li>· Cortes, colagens;</li> <li>· Improvisar com matérias recicláveis;</li> <li>· Desenhos livres;</li> <li>Pinturas com diversos materiais e técnicas</li> </ul>	Aj. ação educativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material de desgaste (cartolinhas, tecidos, tintas, barro, pinceis, rolos, guaches, marcadores, massa de cores, areia;)</li> </ul>												

# 12. SERVIÇO DE SAÚDE

## Serviços Médicos

O CSCR Poutena dispõe de dois médicos em regime de prestação de serviços, nas especialidades de Medicina Geral e Familiar e de Neurologia.

A médica de Medicina Geral e Familiar, Dr.<sup>a</sup> Joana Seabra, presta serviço a todos os utentes residentes da ERPI e, pontualmente, sempre que se justifique, aos utentes do Centro de Dia. A Dr.<sup>a</sup> Joana Seabra está presente um dia por semana e encontra-se disponível, em regime de chamada, para dar resposta sempre que solicitada.

A Dra Joana Seabra lidera a equipa multidisciplinar de Saúde em ERPI, sendo responsável pela prescrição de medicamentos, exames complementares de diagnóstico, acompanhamento médico, encaminhamento hospitalar e/ou de emergência médica e, por fim, procedimentos terapêuticos a aplicar.

A Dr.<sup>a</sup> Ana Inês Martins, médica neurologista, está presente mensalmente na instituição, de acordo com as indicações da coordenadora da equipa de enfermagem, para avaliação ou reavaliação dos utentes residentes.

Com o aumento da incidência de doenças neuro degenerativas (demências e outras) nos nossos utentes, o reforço da equipa de saúde com um neurologista foi, sem dúvida, uma enorme mais-valia na qualidade dos serviços prestados nesta resposta.

Assim, a presença da Dra Ana Inês Martins permite um acompanhamento de proximidade do utente, com inclusão da família, proporcionando um melhor entendimento deste tipo de patologia. Este acompanhamento inclui prescrição de terapêutica e ajustes da mesma em tempo útil, esclarecimento de dúvidas junto da equipa que presta cuidados, assim como, junto da família.

## Serviços de Enfermagem

Em 2026, o serviço de enfermagem continuará a desempenhar um papel fundamental na promoção da saúde, bem-estar e segurança dos utentes. A equipa será constituída por quatro elementos, que asseguram o serviço em regime de part-time, com presença física de segunda a sexta-feira e, aos fins-de-semana, sempre que necessário. Um dos enfermeiros assume as funções de coordenador, sendo responsável pela gestão global do serviço, pela supervisão dos colegas e pela articulação com a direção técnica e restante equipa multidisciplinar. Compete-lhe garantir uma resposta eficaz e segura às necessidades de saúde dos idosos, assegurando práticas éticas e baseadas na evidência científica, promovendo a melhoria contínua da qualidade dos cuidados e incentivando o desenvolvimento de competências da equipa. O coordenador mantém também uma comunicação regular e transparente com os familiares dos utentes, informando sobre o estado de saúde e a evolução clínica dos mesmos.

A existência de uma equipa estruturada e coesa permite uma gestão mais eficiente do tempo, das férias e de

eventuais ausências, garantindo assim a continuidade e qualidade dos cuidados prestados. O coordenador elabora os horários de trabalho e designa um elemento de prevenção diário, disponíveis 24 horas por telefone, para prestar apoio à equipa de ajudantes de ação direta em situações específicas ou de urgência. Sempre que necessário, este profissional pode deslocar-se à instituição para coordenar presencialmente a resposta da equipa.

Durante o ano de 2025, foi introduzido o programa informático Ankira, destinado à informatização integral dos registos clínicos e operacionais dos utentes. Em 2026, prevê-se uma consolidação da sua utilização, com a implementação plena deste sistema no serviço de enfermagem. Este passo representa um avanço significativo na modernização dos processos, permitindo um acesso rápido, seguro e centralizado à informação clínica, melhorando a continuidade e qualidade dos cuidados, a precisão dos registos e a comunicação entre os diferentes profissionais.

Como objetivo para o próximo ano, a equipa de enfermagem pretende iniciar a formação aos ajudantes de ação direta no uso do Ankira, garantindo que todos

os colaboradores envolvidos na prestação de cuidados compreendem e aplicam corretamente o sistema. Esta formação permitirá uniformizar procedimentos, aumentar a eficiência do registo e fortalecer a comunicação interna.

Durante o ano de 2025, por sugestão da Direção, iniciou-se a realização sistemática de reuniões multidisciplinares aquando da admissão de novos utentes, prática que será reforçada e consolidada em 2026. Estas reuniões envolvem a equipa de enfermagem e a direção técnica, com o objetivo de avaliar, de forma conjunta, se o utente reúne as condições adequadas para a integração na valência, considerando o seu estado de saúde, grau de dependência, necessidades específicas e a capacidade de resposta da instituição. Esta medida, proposta pela Direção, tem-se revelado de grande importância para melhorar a eficiência dos registos clínicos e administrativos, uma vez que toda a informação recolhida na fase inicial é registada e partilhada de forma estruturada através do sistema Ankira. Paralelamente, tem contribuído para fortalecer a comunicação interna entre os diferentes profissionais, promovendo

uma abordagem mais integrada, coerente e personalizada dos cuidados. Esta avaliação inicial garante que o plano de cuidados é definido de forma rigorosa, garantindo que adaptação do utente decorre de forma segura, humanizada e alinhada com as suas necessidades individuais desde o dia de acolhimento.

A colaboração com as Farmácias Miraldo e Vasconcelos manter-se-á em 2026, assegurando a preparação das caixas de medicação semanais com base nas indicações da equipa de enfermagem. As atualizações de prescrições médicas continuam a ser comunicadas às farmácias por escrito, através de correio eletrónico, garantindo a segurança e rigor terapêutico. Este modelo de parceria tem permitido à equipa de enfermagem otimizar o tempo de trabalho, dedicando-se mais intensamente ao acompanhamento direto dos utentes e à supervisão das tarefas realizadas pelos ajudantes de ação direta.

A organização do serviço assenta em tarefas semanais, salvaguardando imprevistos ou emergências. Esta flexibilidade, aliada ao reforço da equipa e à modernização dos processos, permitirá consolidar a qualidade e

eficácia dos cuidados de enfermagem prestados ao longo de 2026.

#### PLANEAMENTO SEMANAL

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado	Domingo
Supervisão de administração de medicação em ERPI e Centro de Dia;  Cooperação na visita médica semanal;	Supervisão de administração de medicação em ERPI e Centro de Dia;  Avaliações de tensões arteriais Centro de Dia;	Supervisão de administração de medicação em ERPI e Centro de Dia;  Avaliações de tensões arteriais ERPI;  Realização de pedido de medicação semanal;	Supervisão de administração de medicação em ERPI e Centro de Dia;	Supervisão de administração de medicação em ERPI e Centro de Dia;  Planeamento de tarefas da semana seguinte;  Requisição/Pedi do de material de Enfermagem;	Interligação com os familiares dos utentes;  Planeamento de tarefas da semana seguinte;	

Cuidados de Enfermagem:

- Realização de tratamentos a feridas;
- Planeamento e execução de colheitas de espécimes para análises clínicas;
- Vigilância e substituição de sondas nasogástricas e vesicais;
- Planeamento e administração de injetáveis;
- Gestão, elaboração, supervisão e planeamento de registos;
- Atualização de tabelas terapêuticas com prescrições médicas, idas a consultas e às urgências;
- Interligação com os familiares dos utentes, realizando reuniões se assim o desejarem;
- Programação de consultas e exames médicos externos;
- Dinamização na passagem de turno, existindo uma vez por mês a passagem de turno alargada onde discutimos situações específicas dos utentes e estratégias de melhor funcionamento de trabalho;
- Atendimento e encaminhamento de situações de urgência (via telefónica e/ou presencial);
- Formação às ajudantes de ação direta sobre o Programa Informático Ankira;
- Realização de reuniões multidisciplinares para admissão nas valências.

# 13. SERVIÇO DE FISIOTERAPIA

## Objectivos

---

Em 2026, o Serviço de Fisioterapia terá como principal objetivo aumentar a capacidade de resposta aos tratamentos individuais e à manutenção funcional dos utentes do Centro de Dia e de ERPI. Pretende-se melhorar a acessibilidade, proximidade e eficiência do serviço, promovendo utentes mais autónomos e ativos, que possam ser uma mais-valia na dinâmica diária do Centro e na colaboração com a equipa.

## Instalações e Recursos

---

Com a mudança para as novas instalações, o Serviço contará com mais espaço e equipamentos, permitindo expandir a oferta de sessões individualizadas e programas de manutenção funcional. O ginásio será equipado com:

- Marquesas e mesas de tratamento;
- Passadeira e bicicletas estáticas;
- Barras paralelas e pedaleiras;
- Roldanas e aparelhos de TENS;

- Panela de parafango e parafina;
- Aparelho de ultrassons (US).

Estas condições permitirão sessões adaptadas às necessidades físicas, cognitivas e sociais de cada utente.

## Tratamentos Individuais e Manutenção Funcional

---

- Aumentar o número de utentes em sessões individuais, com avaliação contínua e ajustamento do programa;
- Promover utentes mais autónomos, capazes de executar exercícios e atividades de forma independente, reduzindo a necessidade de intervenção constante da equipa;

Implementar estratégias de prevenção de quedas, treino de equilíbrio e fortalecimento, contribuindo para uma menor dependência nas atividades da vida diária (AVDs).

## Classes de Movimento Sénior

- Manter Classes de Movimento no Centro de Dia e em ERPI, ajustando a frequência à procura e às necessidades.
- Valorizar a participação de utentes mais capazes como auxiliares informais durante as atividades em grupo, promovendo colaboração e reforçando laços sociais.

## Objectivos Específicos

- Aumentar a capacidade de resposta em tratamentos individuais;
- Avaliar continuamente o impacto das intervenções na autonomia dos utentes;
- Reforçar a articulação entre sessões individuais e programas de manutenção em grupo.

# 14. SERVIÇO DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

O serviço de animação sociocultural do CSCRP direcionado para os séniores está implementado nas respostas sociais de Centro de Dia (CD), Estrutura Residencial para Idosos (ERPI) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD). A equipa é coordenada pela Técnica Superior de Animação Sociocultural, integrando ainda 2 animadoras culturais. O plano anual de atividades para 2026 foi elaborado e será desenvolvido de

acordo com as necessidades e interesses dos utentes identificados pela equipa de animação sociocultural. A partir do plano anual, a equipa elaborará um plano mensal que servirá de base ao plano de atividades semanal que contemplará os horários, tipos de atividades e distribuição das mesmas pelas diversas valências.

# 15. SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO

O serviço de alimentação é transversal a todas as respostas da Instituição e está centrado no setor da cozinha, que conta com uma equipa de 10 profissionais e funciona das 07h às 21h, todos os dias da semana. As atividades da cozinha abrangem desde a receção das matérias-primas, ao seu armazenamento, e à preparação e confeção dos alimentos e, por fim, a distribuição. Todo o processo cumpre rigorosamente os

princípios de higiene e segurança alimentar. São fornecidas a partir da cozinha da instituição refeições para consumo na sede e efetuada a distribuição para estabelecimentos de ensino e para os clientes do SAD. Apresenta-se abaixo a média de refeições servidas, por tipologia de refeição.

	RESPOSTAS SOCIAIS	SEMANA			FIM DE SEMANA				
		Pequeno-Almoço	Almoço	Jantar	Pequeno-Almoço	Almoço	Jantar	Pequeno-Almoço	Almoço
CRIANÇAS	Creche								
	AAAF								
	Vilarinho								
	AAAF		138						
	Poutena								
IDOSOS	EB1								
	Poutena								
	ERPI	39	39	39	39	39	39	39	39
COLABORADORAS	Centro de Dia	50	50	32	35	41			21
	SAD		24			25			25
TOTAL		89	301	77	74	125	43	39	100
Quantidade de Refeições Estimadas									891

# 16. SERVIÇO DE LAVANDARIA

A lavandaria é um setor que, de forma direta ou indireta, contribui para o funcionamento de todas as áreas da instituição. O trabalho é realizado por duas colaboradoras – uma delas

prestadora de serviços – que asseguram a higienização e o tratamento de toda a roupa dos utentes, bem como das fardas dos colaboradores.

# 17. INVESTIMENTOS

## Remodelação de Centro de Dia

Após a conclusão da obra atualmente em curso no edifício da ERPI, prevista até ao final de 2025, avançaremos para a remodelação e requalificação dos espaços do Centro de Dia. Trata-se de uma intervenção há muito necessária, face à antiguidade e degradação do edifício.

Recordamos que este serviço apoia diariamente 50 pessoas e, neste momento, não dispõe de condições

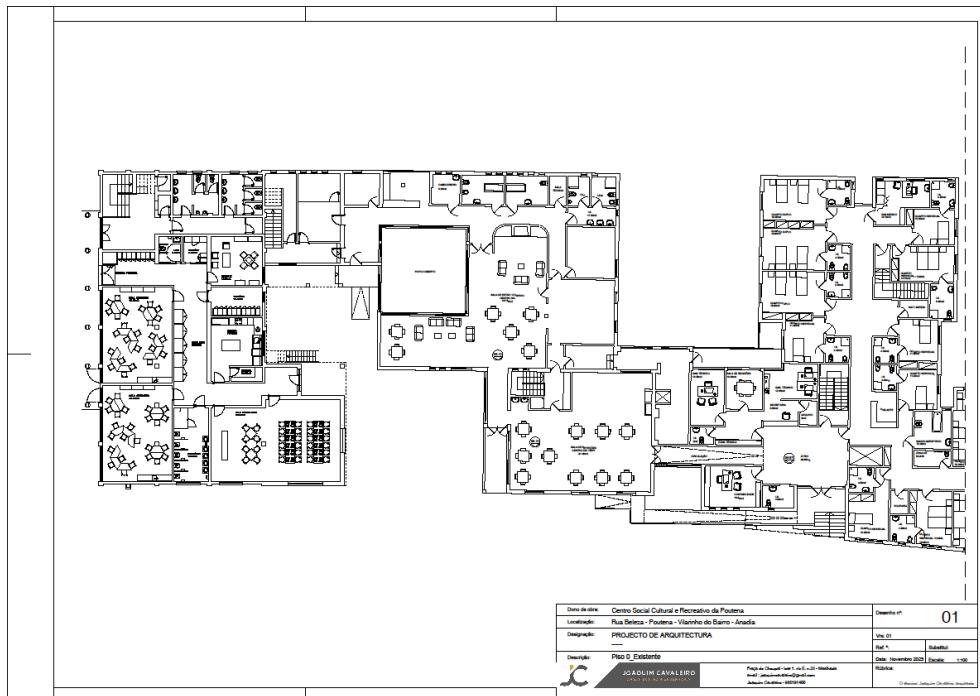
aceitáveis para a prestação de um serviço de qualidade.

O projecto prevê, essencialmente:

- Requalificação de espaços e melhoria das condições gerais;
- Maior funcionalidade em áreas essenciais (circulação, atendimento, higiene, refeições e convívio);
- Utilização de materiais e soluções energeticamente eficientes, reduzindo custos de operação e

melhorando o conforto térmico e acústico.

Com esta intervenção, pretendemos garantir um ambiente seguro, confortável e digno para os nossos utentes.



### Acesso de pessoas de mobilidade reduzida ao Salão Prof. Maria Eugénia

O Salão Prof. Maria Eugénia necessita de intervenções exteriores e interiores. A prioridade é a instalação de um elevador que assegure o acesso de pessoas com mobilidade reduzida, atualmente condicionado para cerca de 90% dos nossos utentes.

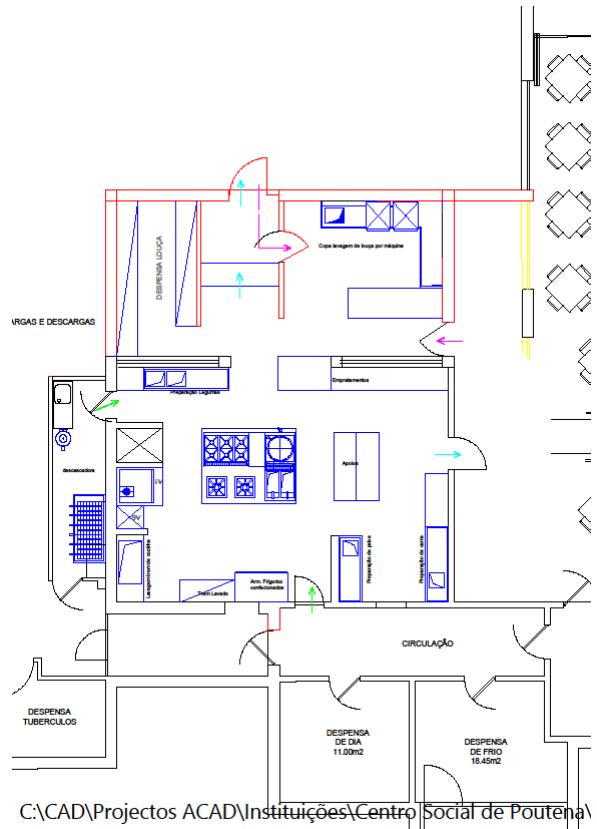
Em 2026, é nossa ambição concretizar esta obra garantindo melhores condições de acessibilidade, segurança e conforto para todos.



## Cozinha

Requalificação e ampliação do espaço da cozinha de forma a dar resposta às exigências do serviço. A requalificação do espaço de confeção (redefinição de áreas, bancas, equipamentos...) pressupõe a ampliação da estrutura criando uma área de “preparação de lancheiras SAD” e de lavagem de louça. Esta requalificação permitirá a correcção de falhas existentes ao nível de águas, esgotos, rede gás e eléctrica e o inexistente depósito de retenção de gorduras.

Ressalvamos que, o piso inadequado neste setor, já foi causador de inúmeros acidentes de trabalho, tornando esta obra assim ainda mais essencial.



## Remodelação/ampliação do Campo de Futebol

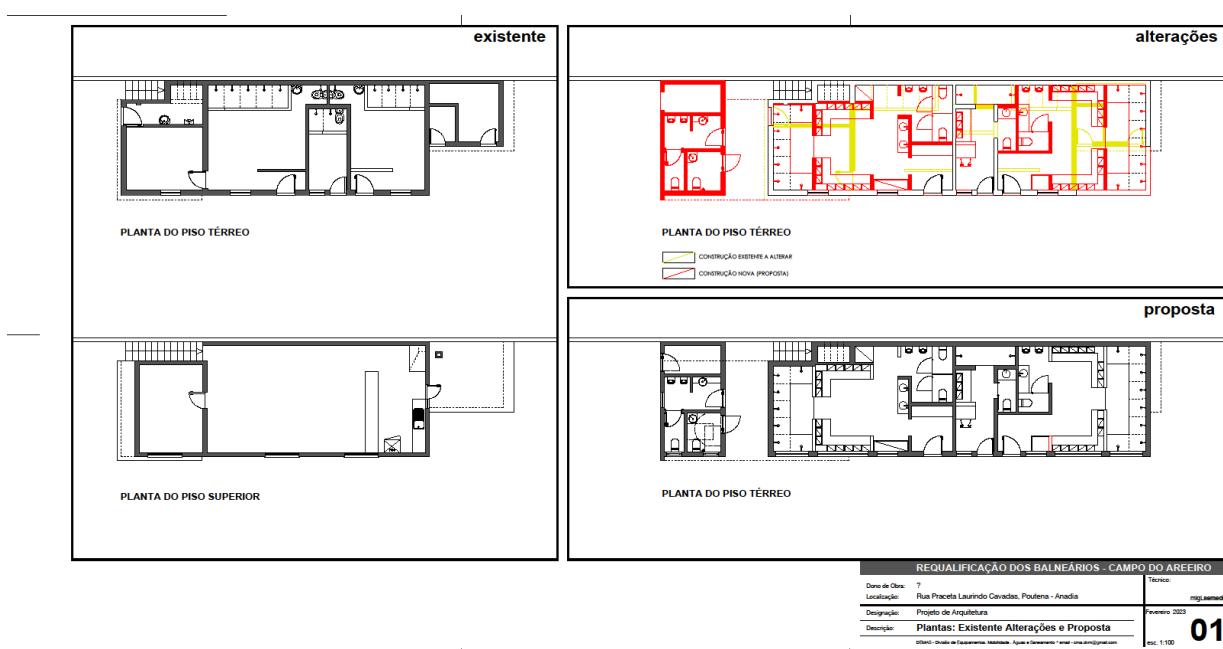
O “Campo de Futebol do Areeiro” é atualmente o centro de treinos e jogos do Sporting Club da Poutena, equipa inscrita na Associação de Futebol de Aveiro como clube participante das provas oficiais desta Associação. Este espaço conta com um relvado sintético, iluminação e uns balneários. Usufruem destas instalações aproximadamente 50 crianças.

No entanto estas instalações desportivas têm uma enorme lacuna ao nível das condições dos balneários. São pequenos para o universo de atletas inscritos, e

não reúnem as mínimas condições de higiene, conforto e segurança.

Assim, com o apoio do Município, desenvolveu-se um projecto de requalificação que desse resposta às exigências da formação desportiva. Este Projecto prevê a requalificação do espaço existente e ampliação do mesmo.

Após consulta do mercado, é intenção iniciar estas obras no primeiro semestre de 2026.



# 18.

## SECÇÃO DE FUTEBOL

O CSCRP está inscrito na Associação de Futebol de Aveiro como clube, desenvolvendo o seu trabalho essencialmente na área da formação.

Para a época desportiva 2025/26 foram inscritas 4 equipas de futebol de formação na Associação de Futebol de Aveiro. A formação é assim composta por uma Equipa de Petizes, Traquinas Benjamins, e Iniciados, contabilizando

um total de 50 atletas. Estes últimos disputam no campeonato distrital enquanto as outras três equipas disputam em encontros mensais.

De forma a tornar sustentável este projecto, o CSCRP candidatou-se ao Programa de Apoio Municipal ao Desenvolvimento Desportivo (PAMDD), sendo o apoio de 8000€

### ACTIVIDADES

Actividade	Objectivos Gerais	Recursos Humanos	Recursos Materiais e Serviços	Calendarização											
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dec
ANIVERSÁRIO DO SCPOUTENA	Promoção do Clube Convívio entre atletas e família com o Clube	Seccionistas, voluntários, treinadores e atletas	Equipamento desportivo												
DIA DO AMIGO	Dar a conhecer o Clube, angariar novos atletas	Seccionistas voluntários, treinadores e atletas	Equipamento desportivo												
OPEN DAY	Participação em treino federado	Seccionistas voluntários, treinadores e atletas	Equipamento desportivo												
TORNEIOS DE FIM DE ÉPOCA	Participação dos 4 escalões em diversos torneios	Seccionistas voluntários, treinadores e atletas	Equipamento desportivo arrinhas												

FESTA DE FIM DA ÉPOCA	Promoção do Clube Convívio entre atletas e família com o Clube	Seccionistas voluntários, treinadores e atletas	Equipamento desportivo E de lazer	
INÍCIO DA PRÉ-EPOCA	Dinamização de treinos	Seccionistas voluntários, treinadores e atletas	Equipamento desportivo	
FESTA DE NATAL	Promoção do Clube Convívio entre atletas e família com o Clube	Seccionistas voluntários, treinadores e atletas	Equipamento desportivo E de lazer	

## 19. SECÇÃO DE DANÇA

A Secção de Dança representa uma importante vertente cultural da nossa Instituição.

Através do projeto “Poutena Dance Academy”, esta seção procura dar a conhecer a origem das danças, promover a formação técnica e artística e aplicar os conhecimentos adquiridos em diversos espetáculos ao longo do ano, destacando-se a apresentação final no salão Prof. Maria Eugénia, e no auditório da Câmara Municipal de Anadia, gentilmente cedido para este propósito.

A atividade é desenvolvida num ambiente de igualdade de

oportunidades, respeito, justiça e dignidade, livre de qualquer forma de discriminação. O objetivo é responder às necessidades individuais de cada aluno, promovendo o seu bem-estar físico e psicológico, bem como os seus interesses e direitos.

No ano letivo 2025/2026, a seção de dança apresenta-se com seis turmas de diferentes idades, Babies: 3 a 5 anos, Minis 5/6 aos 8 anos, Kids 9 aos 13 anos, Teens B 13 aos 17 anos, Teens A maiores de 18 anos. Este ano o destaque está na nova turma Babies com crianças dos 3 aos 5 anos de idade. Todas estas turmas abrangem um total de 58 alunas

sob a orientação das professoras Ilena Valinho e Sara Duarte, o projeto tem vindo a ganhar maior visibilidade e crescente procura.

A sustentabilidade financeira da atividade depende em grande parte do apoio do Município, concretizado através da candidatura ao PAMDC. Este apoio garante a continuidade do projeto e reforça a parceria com o Município no cumprimento dos seus objetivos de

fomentar a oferta cultural, democratizar o acesso à cultura e incentivar a participação ativa da população na construção do capital cultural do concelho de Anadia (Regulamento PAMDC).

Pela Dança... continuamos a crescer e a inspirar.

## ATIVIDADE

Actividade	Objectivos Gerais	Recursos Humanos	Recursos Materiais e Serviços	Calendarização											
				Jan	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
<b>Aulas Dança Jazz</b>	Apreender coreografias; Estimular as capacidades físicas; Desenvolvimento de novas capacidades; Aumentar a autoestima, bem-estar e o espírito de grupo; Promover a novas aprendizagens.	Professora de dança Colaboradores	Colchões; Vestuário de dança Seguro												
<b>Participação em eventos, festas...</b>	Demonstrar o trabalho realizado; Promover o convívio; - Promover a motivação pelo público;	Professora, colaboradores e alunos	Carrinha Alimentação												
<b>Espetáculo final de Ano</b>	Demonstrar o trabalho realizado; Promover o convívio; - Promover a motivação pelo público;	Professora, colaboradores e alunos	Carrinha Alimentação												
<b>Espetáculo de Natal</b>	Demonstrar o trabalho realizado; Promover o convívio; - Promover a motivação pelo público;	Professora, colaboradores e alunos	Carrinha Alimentação												

# 20. SECÇÃO DE MOTOCROSS

Após um 2025 cheio de novidades e inovação na organização e quadro competitivo da Prova de SX Poutena, com destaque para os 2 dias consecutivos de provas, um traçado completamente novo (incluindo a deslocação da pista) demonstração de Freestyle, reforço da venda em plataformas de bilheteira online e reforço da capacidade de restauração, dando assim uma melhor resposta a quem nos visita.

Para 2026 o foco será a celebração dos 50 anos do Motocross da Poutena, renovando assim a ambição de inovação e reinvenção.

Nesta fase já se discute as propostas e ideias com a Federação de Motociclismo de Portugal e assim proporcionar mais uma vez um ano marcante para a modalidade, para a região e para a Poutena.

## ACTIVIDADES

Atividade	Objetivos Gerais	Recursos Humanos	Recursos Materiais e Serviços	Calendarização											
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Prova Supercross	Promoção da região; Angariação de fundos; Estimular a economia local; Apoiar o Desporto em Anadia	Colaboradores e voluntários	Material som, Máquinas diversas, Material para bares,												

# 21. ASSOCIATIVISMO

No ano de 2026, a Direção do Centro Social, Cultural e Recreativo de Poutena pretende reforçar a proximidade com os seus sócios, dinamizando um conjunto de atividades de caráter lúdico, cultural e social. Este será um ano de novidades, em que se procurará que cada associado se sinta parte ativa da instituição.

Para concretizar este objetivo, será criado o cartão de sócio, oferecendo múltiplas regalias fruto de parcerias com instituições e empresas da nossa comunidade.

A proximidade e participação dos sócios desta Instituição será a base do nosso crescimento.

# 22. ORÇAMENTO

Apresentam-se, de seguida, a conta de exploração previsional e o orçamento de investimento e desinvestimentos. As estimativas para as diversas componentes da conta de exploração previsional de 2026 baseiam-se na informação disponível à data e nas expectativas formuladas para o curto prazo.

ENTREGUE NO CRSS DE AVEIRO	CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL E ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS E DESINVESTIMENTOS			ANO DE : 2026 1.º ORÇAMENTO X REVISTO N.º			
<b>NOME:</b> CENTRO CULTURAL E RECREATIVO DE POUTENA							
<b>MORADA:</b> Rua do Rossio <b>N.º ANDAR:</b> LOCALIDADE: Poutena							
<b>FREGUESIA:</b> Vilarinho do IBairro <b>CONCELHO ANADIA</b> <b>COD. POSTAL:</b> 3780-594							
EQUIPAMENTOS ABRANGIDOS	N.º UTENT	ÁREA	VALÊNCIA				
Edificio sede: Salas, refeitório, viaturas, equipamentos diversos	18 57 50 35 54	Infan. Juvent. Infan. Juvent. Terc. Idade Terc. Idade Recr. Cultura	A.T.L. C.A.F. Centro Dia Apoyo Domic. Dança Jazz				
Edificio Creche: Salas e equipamentos:	36	Infan. Juvent.	Creche				
Edificio Lar: Quartos, salas, refeitório e equipamentos:	37	Terc. Idade	E.R.P.I.				
Parque Desportivo Pista de motocross e equipamentos Campo de futebol	49	Desp. Recreio Desp. Recreio	Motocross Futebol				
Poutena, de Novembro de 2025 A Direcção,							

**CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL POR NATUREZAS**

**2 0 2 6**

Montantes em EUROS

R U B R I C A S	NOTAS	VALORES
<b>RENDIMENTOS E GASTOS</b>		
Vendas e serviços prestados.....	7, 8	1.120.005,83
Subsídios, doações e legados à exploração.....	9	941.739,76
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas.....	1	(338.817,78)
Fornecimentos e serviços externos.....	2	(367.199,97)
Gastos com o pessoal.....	3	(1.314.566,01)
Outros rendimentos e ganhos.....	10	66.590,48
Outros gastos e perdas.....	5	(17.622,22)
Resultados antes de deprec, gastos de financiamento e impostos		
		90.130,09
Gastos/reversões de depreciação e de amortização.....	4	(77.316,89)
Resultado operacional (antes de gastos de financiam. e impostos)		
		12.813,20
Juros e gastos similares suportados.....	6	(3.747,35)
Resultado antes de impostos		
		9.065,85
Imposto sobre o rendimento do período.....		
Resultado previsional para o período		
		9.065,85

Poutena,      de Novembro de 2025

A Direcção,

### ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS PARA 2026

Montantes em EURO

	AUTOFINANCIAMENTO	SUBSÍDIOS		OUTROS FINANCIAM.	TOTAL
		PIDDAC	OUTROS		
<b>INVESTIMENTOS PREVISTOS:</b>					
INVESTIMENTOS FINANCEIROS					
Participações de capital					
PROPRIED. DE INVESTIMENTO					
Terrenos e recursos naturais					
Edifícios e outras construções					
Outras propriedades de investimento					
ACTIVOS FIXOS TANGÍVEIS					
Bens do domínio público					
Bens do patrim. hist. art. cultural					
Outros activos fixos tangíveis					
Terrenos e recursos naturais					
Edifícios e outras construções					
Equipamento básico					
Equipamento de transporte					
Equipamento administrativo					
Equipamento biológico					
Outros activos fixos tangíveis					
Investimentos em curso					
Activos fixos tangíveis					
ACTIVOS FIXOS INTANGÍVEIS					
Bens do domínio público					
Outros activos intangíveis					
REEMBOLSO EMPR. ANTER. MLP					
<b>TOTAL</b>	<b>26.000</b>			<b>26.000</b>	<b>550.000</b>
					<b>602.000</b>

### ORÇAMENTO DE DESINVESTIMENTOS

	<b>VALORES</b>
<b>DESINVESTIMENTOS:</b>	
Diminuição invest. financeiros de médio/longo prazo	
Diminuição de activos fixos	

Poutena,      de Novembro de 2025

A Direcção,

## CENTRO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVO DE POUTENA

### CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL POR NATUREZAS

2 0 2 6

RUBRICAS	V a l e n c i a s								TOTAL	Euros
	CRECHE	C.A.F.	A.T.L.	ERPI	C.DIA	S.A.D.	At.Cut.Reo	Futebol	Motocross	
<b>RENDIMENTOS E GASTOS</b>										
Vendas e serviços prestados.....	5.388	70.731	63.832	414.976	254.775	210.699	4.787	6.451	88.370	1.120.006
Subsídios, doações e legados à exploração.....	266.135	705	16.169	297.585	119.809	210.644	2.500	8.193	20.000	941.740
Custo mercadorias vendidas e matérias consumidas.....	(24.081)	(28.159)	(18.787)	(90.346)	(84.772)	(72.181)			(20.493)	(338.818)
Fornecimentos e serviços externos.....	(27.275)	(15.138)	(9.727)	(110.183)	(76.549)	(49.327)	(6.002)	(6.060)	(66.938)	(367.200)
Gastos com o pessoal.....	(202.186)	(59.901)	(65.103)	(472.832)	(247.143)	(255.549)	(2.511)	(6.386)	(2.954)	(1.314.566)
Outros rendimentos e ganhos.....	6.933	2.841	2.202	17.806	8.021	12.341	1.233	6.761	8.452	66.590
Outros gastos e perdas.....	(1.031)	(116)	(38)	(625)	(281)	(224)		(2.136)	(13.172)	(17.622)
Result. antes de depreciações, gastos de financiamento.....	23.883	(29.038)	(11.453)	56.381	(26.141)	56.402	7	6.823	13.266	90.130
Gastos/reversões de depreciação e de amortização.....	(6.157)	(959)	(331)	(26.950)	(13.241)	(15.135)		(6.803)	(7.741)	(77.317)
Result. operacional (antes de gastos de financiamento).....	17.725	(29.996)	(11.784)	29.431	(39.382)	41.267	7	20	5.524	12.813
Juros e gastos similares suportados.....	(160)	(130)	(46)	(2.812)	(351)	(249)				(3.748)
Resultado antes de Impostos.....	17.565	(30.127)	(11.829)	26.620	(39.733)	41.018	7	20	5.524	9.066
Imposto sobre o rendimento do período.....										
Resultado previsional para o período.....	17.565	(30.127)	(11.829)	26.620	(39.733)	41.018	7	20	5.524	9.066

Poutena, 01 de

A Direção,

### N O T A S J U S T I F I C A T I V A S

As estimativas para as diversas componentes da conta de exploração previsional de 2026 basearam-se nos dados conhecidos até à data e nas expectativas formuladas para o curto prazo. Considera-se que os consumos de bens e serviços serão equivalentes aos do ano corrente com acréscimo de 2% por aumento de preços. Perspetiva-se ligeiro crescimento da atividade, abrandamento da inflação e aumento da massa salarial decorrente da subida da RMMG. Pressupõe-se a realização da prova de motocross com rendimentos e gastos equivalentes aos do ano corrente.

- 1 - Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas - Consumos médios correntes projetados para o ano de 2026 com acréscimo de 3%.
- 2 - Fornecimentos e serviços externos - Gastos médios verificados no exercício corrente calculados para o ano com acréscimo de 2%.
- 3 - Gastos com pessoal - São calculados com base no quadro de pessoal atual ou equivalente e remunerações atuais com acréscimo médio de 5,75% face à previsível subida da RMMG. Considera-se que haverá utilização de pessoal colocado pelo IEFP no âmbito de programas de apoio ao emprego de modo equiparado ao atual.
- 4 - Gastos de depreciação - Valores calculados para os bens ativos fixos tangíveis que se encontram dentro do período de vida útil, pelas taxas de depreciação que têm vindo a ser usadas.
- 5 - Outros gastos - Valores projectados para o próximo ano considerando os gastos médios correntes e as expectativas para 2026.
- 6 - Gastos de financiamento - Valores calculados para o ano em condições de financiamento idênticas às atuais e o volume de financiamento atual ou equivalente.
- 7 - Vendas - Cedência de bens de consumo equivalente aos do corrente ano com acréscimo de 5%.
- 8 - Prestação de serviços - Mensalidades médias correntes calculadas para o ano, para o número de utentes e capacidade total das valências, quotas, mensalidades de atividades culturais e recreativas, futebol, refeições e outras comparticipações calculadas com acréscimo de 5%.
- 9 - Subsídios, doações à exploração - Comparticipações da Segurança Social dos acordos em vigor para o número de utentes previsto, subsídios de Outras Entidades, Municípios e IEFP, calculados pela média corrente com acréscimo de 5% face às expectativas para o ano de 2026.
- 10 - Outros rendimentos - Reconhecimento de rendimentos deferidos relativos a subsídios para equipamentos proporcional às depreciações. Donativos e receitas de outras atividades e angariações calculados pela média corrente ajustadas às expectativas para o ano de 2026.
- 11 INVESTIMENTOS
  - Requalificação do Centro de Dia, ampliação e reformulação da cozinha e elevador do Salão Nobre, com o valor estimado de 550.000€, mediante financiamento bancário de médio longo.
  - Ampliação e requalificação dos balneários do Campo de Futebol, com o valor estimado de 52.000€, mediante fundos próprios, subsídios e outros apoios.

# 23. CONCLUSÃO

O Plano de Atividades e Orçamento para 2026 apresentado por esta Direção visa assegurar a sustentabilidade financeira da Instituição, alinhando recursos disponíveis com as necessidades e expectativas dos nossos seniores, das crianças e famílias, e da comunidade em geral. Neste enquadramento, definimos um conjunto de iniciativas e medidas organizacionais para o próximo ano, orientadas para a melhoria contínua da Instituição e para a promoção do bem-estar de seniores, crianças, voluntários, parceiros, sócios e amigos. Ao encerrarmos 2025 e projetarmos 2026, destacamos o contributo indispensável dos Colaboradores: a sua competência, dedicação e profissionalismo são determinantes para a execução deste Plano. Convidamos todos os sócios, colaboradores, utentes e clientes, bem como as suas famílias, a envolverem-se ativamente na implementação e dinamização do Plano de Atividades 2026.

## A DIRECÇÃO DO CSCRP

---

Presidente:

---

Vice-Presidente:

---

Tesoureira:

---

Secretária:

---

Vogal:

---

Vogal:

---

Vogal:

---