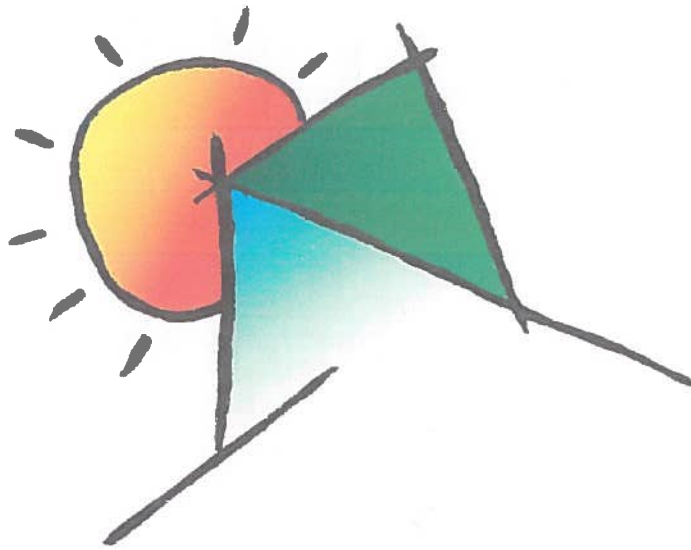


CASA DO POVO DE RELÍQUIAS



*Handwritten signatures and initials in black and blue ink.*

CENTRO DE DIA

E

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

# ORÇAMENTO

PERÍODO DE 01/01/2018 A 31/12/2018



Orçamento para o período de 2018

*Handwritten signatures and stamps:*  
 HP  
 CASA DO POVO DE RELIQUIAS  
 H. Roximite

**1 IDENTIFICAÇÃO IPSS**

DESIGNAÇÃO	CASADO POVO DE RELIQUIAS		
NIF/NIPC	501128492	NISS	20000270092
TIPO	Associação		
MORADA DA SEDE	RUA ENG. AMARO DA COSTA		
TELEFONE	283635363	FAX	
E-MAIL	casadopovodereliquias@gmail.com		

**2 DADOS ORÇAMENTO**

ANO ECONÓMICO	2018	VERSÃO	Inicial	
ATA ÓRGÃO DELIBERATIVO (ASSEMBLEIA GERAL/CONSELHO ADMINISTRAÇÃO)				
DATA	19/11/2017			
MEMBROS PRESENTES NA REUNIÃO	CARGO	Presidente	Secretário	Tesoureiro
	NIF	128145404	163881552	103055835
PARECER ÓRGÃO FISCALIZADOR (CONSELHO FISCAL)				
DATA	19/11/2017		DECISÃO	Favorável
MEMBROS PRESENTES NA REUNIÃO	CARGO	Presidente	Vogal	Outro
	NIF	223643661	186352930	214138089

**3 DADOS ATIVIDADE**

N.º GLOBAL RESPOSTAS SOCIAIS /ESTABELECIMENTO COMPARTICIPADAS	3	N.º ÓRGÃOS SOCIAIS	3
N.º GLOBAL RESPOSTAS SOCIAIS /ESTABELECIMENTO NÃO COMPARTICIPADAS	0	REMUNERADOS	0
N.º GLOBAL ATIVIDADES/PROTOCOLOS	1	NÃO REMUNERADOS	3

**PRINCIPAIS RESPOSTAS SOCIAIS /ESTABELECIMENTO COMPARTICIPADAS**

TIPO RESPOSTA SOCIAL	N.º MÉDIO UTENTES (Ano)	VALOR MÉDIO COMPARTICIPAÇÃO (conta 75)	VALOR MÉDIO FAMÍLIAS (conta 72)	RECEITA ANUAL	N.º MÉDIO RECURSOS HUMANOS (FTE)	N.º MÉDIO VOLUNTÁRIOS (FTE)
2103-Centro de Dia	13	111,09	384,68	77 339,88		
2101-Serviço de Apoio Domiciliário	31	255,90	269,34	195 390,72		
2107-Lar de Idosos	20	85,42	1 041,67	136 050,00		

**ATIVIDADES / PROTOCOLOS**

TIPO ATIVIDADE	N.º MÉDIO UTENTES (Ano)	VALOR MÉDIO COMPARTICIPAÇÃO (conta 75)	VALOR MÉDIO FAMÍLIAS (conta 72)	RECEITA ANUAL	N.º MÉDIO RECURSOS HUMANOS (FTE)	N.º MÉDIO VOLUNTÁRIOS (FTE)
Alimentação pré-escolar e 1.º ciclo da Freguesia Reliquias	29			16 380,00		



Orçamento para o período de 2018

Handwritten signatures and stamps, including 'CASA DO POVO DE BELÉM' and a blue signature 'M. Vasconcelos'.

**4 IDENTIFICAÇÃO TOC**

NOME JOÃO PEDRO DA SILVA CRUZ  
 NIF 213097664 TELEFONE 283998531 TELEM 966049886  
 N.º MEMBRO OTOC 88951 E-MAIL joaopscruz@gmail.com

**5 RESPONSABILIDADE DADOS DECLARADOS**

**DECLARAÇÃO**

Declaro que a informação correspondente ao orçamento previsual correspondente à verdade, não tendo sido omitidos dados relevantes para a sua apreciação, assumindo a responsabilidade pelos elementos declarados, erros e omissões.

NOME JOÃO PEDRO DA SILVA CRUZ  
 NIF 213097664 TELEFONE 283998531 TELEM 966049886  
 DATA 18/11/2017 E-MAIL joaopscruz@gmail.com

**FONTES DE FINANCIAMENTO**

**1 FINANCIAMENTO PÚBLICO - COMPONENTE EXPLORAÇÃO**

ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	REGISTO CONTABILÍSTICO
		75 - EXPLORAÇÃO
	ACORDOS DE COOPERAÇÃO	
ISS, IP	2101-Serviço de Apoio Domiciliário	80 905,29
	2103-Centro de Dia	13 332,35
	2107-Lar de Idosos	62 500,00
IEFP, IP	Programas	9 500,00
Autarquias	Outros	4 000,00
<b>TOTAL</b>		<b>170 237,64</b>



Orçamento para o período de 2018

### INVESTIMENTO

INVESTIMENTO MÉDIO E LONGO PRAZO	VALOR	INVESTIMENTOS EM CURSO	VALOR
Ativos Intangíveis	0,00	TOTAL INVESTIMENTO EM CURSO	0,00
Ativos Fixos Tangíveis	50 000,00	INVESTIMENTOS - CP	VALOR
Equipamento de Transporte	50 000,00	TOTAL INVESTIMENTO - CP	0,00
TOTAL INVESTIMENTO - MLP	50 000,00	TOTAL NOVO INVESTIMENTO:	50 000,00

### DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS

CLASSE 7 RENDIMENTOS						
CONTA	RUBRICA	TOTAL	2103-Centro de Dia	2101-Serviço de Apoio Domiciliário	2107-Lar de Idosos	OUTROS
71	VENDAS	7 500,00	1 500,00	2 500,00	3 500,00	0,00
72	PRESTAÇÕES SERVIÇOS	295 205,28	60 009,92	100 195,36	125 000,00	10 000,00
721	QUOTAS UTILIZADORES (MATRÍCULAS/MENSALIDADES)	285 205,28	60 009,92	100 195,36	125 000,00	0,00
722	OUTROS SERVIÇOS	10 000,00	0,00	0,00	0,00	10 000,00
75	SUBSÍDIOS, DOAÇÕES E LEGADOS À EXPLORAÇÃO	134 380,00	17 330,00	90 000,00	19 050,00	8 000,00
7511	SUBSÍDIOS ESTADO E OUTROS ENTES PÚBLICOS	134 380,00	17 330,00	90 000,00	19 050,00	8 000,00
7511	ISS, IP	118 380,00	17 330,00	90 000,00	11 050,00	0,00
7512	OUTRAS ENTIDADES PÚBLICAS	16 000,00	0,00	0,00	8 000,00	8 000,00
78	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	5 000,00	0,00	0,00	5 000,00	0,00
781	RENDIMENTOS SUPLEMENTARES	5 000,00	0,00	0,00	5 000,00	0,00
7	TOTAL RENDIMENTOS	442 085,28	78 839,92	192 695,36	152 550,00	18 000,00



Orçamento para o período de 2018

CLASSE 6 GASTOS						
CONTA	RUBRICA	TOTAL	2103-Centro de Dia	2101-Serviço de Apoio Domiciliário	2107-Lar de Idosos	OUTROS
61	CUSTO MERCADORIAS E MATERIAS CONSUMIDAS	58 000,00	10 441,97	25 679,02	19 448,76	2 430,25
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS	78 890,00	14 722,50	38 557,74	24 265,11	3 344,85
622	SERVIÇOS ESPECIALIZADOS	19 500,00	3 420,64	8 412,09	6 871,14	796,12
6221	TRABALHOS ESPECIALIZADOS	9 000,00	1 620,31	3 984,68	3 017,91	377,11
6222	PUBLICIDADE E PROPAGANDA	500,00	0,00	0,00	500,00	0,00
6223	VIGILÂNCIA E SEGURANÇA	800,00	144,03	354,19	268,26	33,52
6226	CONSERVAÇÃO E REPARAÇÃO	9 000,00	1 620,31	3 984,68	3 017,91	377,11
6228	OUTROS	200,00	36,01	88,55	67,06	8,38
623	MATERIAIS	7 750,00	1 395,26	3 431,25	2 598,76	324,73
6231	FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS DE DESGATE RÁPIDO	5 500,00	990,19	2 435,08	1 844,28	230,45
6233	MATERIAL DE ESCRITÓRIO	2 250,00	405,08	996,17	754,48	94,28
624	ENERGIA E FLUIDOS	26 950,00	5 481,58	13 783,10	8 516,07	1 189,27
6241	ELETRICIDADE	13 500,00	2 430,46	5 977,01	4 526,87	565,66
6242	COMBUSTÍVEIS	10 500,00	2 500,00	6 500,00	1 000,00	500,00
6243	ÁGUA	1 500,00	270,05	664,11	502,99	62,85
6244	GÁS	1 000,00	180,03	442,74	335,32	41,90
6248	OUTROS	450,00	81,02	199,23	150,90	18,86
625	DESLOCAÇÕES, ESTADAS E TRANSPORTES	150,00	27,01	68,41	50,30	6,29
6251	DESLOCAÇÕES E ESTADAS	150,00	27,01	66,41	50,30	6,29
626	SERVIÇOS DIVERSOS	24 540,00	4 418,03	10 864,88	8 228,84	1 028,25
6262	COMUNICAÇÃO	3 600,00	648,12	1 593,87	1 207,16	150,84
6263	SEGUROS	7 500,00	1 350,25	3 320,56	2 514,93	314,26
6265	CONTENCIOSO E NOTARIADO	90,00	16,20	39,85	30,18	3,77
6266	DESPESAS DE REPRESENTAÇÃO	300,00	54,01	132,82	100,60	12,57
6267	LIMPEZA, HIGIENE E CONFORTO	13 000,00	2 340,44	5 755,64	4 359,20	544,71
6268	OUTROS SERVIÇOS	50,00	9,00	22,14	16,77	2,10
63	GASTOS COM PESSOAL	285 067,50	51 321,82	126 211,30	95 589,81	11 944,58
632	REMUNERAÇÕES DO PESSOAL	227 000,00	40 867,70	100 502,39	76 118,41	9 511,50
6321	REMUNERAÇÕES CERTAS	227 000,00	40 867,70	100 502,39	76 118,41	9 511,50
635	ENCARGOS SOBRE REMUNERAÇÕES	53 912,50	9 706,08	23 869,32	18 078,12	2 258,98
6352	PESSOAL	53 912,50	9 706,08	23 869,32	18 078,12	2 258,98
636	SEGUROS ACIDENTES TRABALHO E DOENÇAS PROFISSIONAIS	3 405,00	613,02	1 507,54	1 141,78	142,67
6362	PESSOAL	3 405,00	613,02	1 507,54	1 141,78	142,67
638	OUTROS GASTOS COM O PESSOAL	750,00	135,03	332,06	251,49	31,43
6382	PESSOAL	750,00	135,03	332,06	251,49	31,43
64	GASTOS DE DEPRECIÇÃO E AMORTIZAÇÃO	35 226,88	1 500,00	3 500,00	30 226,88	0,00
642	ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS	35 226,88	1 500,00	3 500,00	30 226,88	0,00
68	OUTROS GASTOS E PERDAS	802,93	240,88	562,05	0,00	0,00
681	IMPOSTOS	762,33	228,70	533,63	0,00	0,00
688	OUTROS GASTOS E PERDAS	40,60	12,18	28,42	0,00	0,00
6883	QUOTIZAÇÕES	40,60	12,18	28,42	0,00	0,00
69	GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO	6 283,40	0,00	0,00	6 283,40	0,00
6	TOTAL GASTOS	464 270,71	78 227,17	192 510,11	175 813,95	17 719,48

CLASSE 8 RESULTADOS						
811	RESULTADOS ANTES IMPOSTOS	-22 185,43	612,75	185,25	-23 263,95	280,52
812	IMPOSTO RENDIMENTO EXERCÍCIO	0,00				
818	RESULTADO LÍQUIDO	-22 185,43	612,75	185,25	-23 263,95	280,52




  
 CASA DO POVO DE REJOUAN

Orçamento para o período de 2018

**DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS**

CLASSE 6 GASTOS						
CONTA	RUBRICA	TOTAL	2103-Centro de Dia	2101-Serviço de Apoio Domiciliário	2107-Lar de Idosos	OUTROS
61	CUSTO MERCADORIAS E MATÉRIAS CONSUMIDAS	50 480,00	12 375,00	37 125,00		980,00
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS	79 893,38	17 741,08	44 592,48	16 900,00	659,84
622	SERVIÇOS ESPECIALIZADOS	18 481,13	5 169,34	12 061,79	1 250,00	0,00
6221	TRABALHOS ESPECIALIZADOS	8 706,39	2 236,92	5 219,47	1 250,00	
6222	PUBLICIDADE E PROPAGANDA	0,00				
6226	CONSERVAÇÃO E REPARAÇÃO	9 306,65	2 792,00	6 514,66		
6228	OUTROS	190,09	57,03	133,06		
623	MATERIAIS	7 082,43	1 899,73	4 432,70	750,00	0,00
6231	FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS DE DESGASTE RÁPIDO	4 971,16	1 341,35	3 129,81	500,00	
6233	MATERIAL DE ESCRITÓRIO	2 111,27	558,38	1 302,89	250,00	
624	ENERGIA E FLUIDOS	32 678,42	6 971,52	19 463,49	6 000,00	243,41
6241	ELETRICIDADE	12 061,94	1 822,83	4 252,80	5 750,00	236,51
6242	COMBUSTÍVEIS	19 179,70	4 794,93	14 384,78		
6243	ÁGUA	793,37	233,34	544,47		15,56
6244	GÁS	351,90	28,50	66,50	250,00	6,90
6248	OUTROS	307,07	92,12	214,95		
625	DESDOÇAÇÕES, ESTADAS E TRANSPORTES	50,00	15,00	35,00	0,00	0,00
626	SERVIÇOS DIVERSOS	21 601,40	3 685,49	8 599,48	8 900,00	416,43
6262	COMUNICAÇÃO	3 563,00	327,94	765,20	2 400,00	69,86
6263	SEGUROS	5 006,35	1 322,46	3 085,73	500,00	98,16
6265	CONTENCIOSO E NOTARIADO	73,20	21,96	51,24		
6267	LIMPEZA, HIGIENE E CONFORTO	12 668,63	1 926,07	4 494,16	6 000,00	248,40
63	GASTOS COM PESSOAL	276 572,16	47 710,11	111 323,60	112 070,98	5 467,47
632	REMUNERAÇÕES DO PESSOAL	224 851,48	39 203,43	91 474,68	89 764,50	4 408,85
6321	REMUNERAÇÕES CERTAS	224 851,48	39 203,43	91 474,68	89 764,50	4 408,85
635	ENCARGOS SOBRE REMUNERAÇÕES	49 518,98	8 145,84	19 006,97	21 319,07	1 047,10
6352	PESSOAL	49 518,98	8 145,84	19 006,97	21 319,07	1 047,10
636	SEGUROS ACIDENTES TRABALHO E DOENÇAS PROFISSIONAIS	1 583,47	175,36	409,18	987,41	11,52
6362	PESSOAL	1 583,47	175,36	409,18	987,41	11,52
638	OUTROS GASTOS COM O PESSOAL	618,25	185,48	432,78	0,00	0,00
6381	ÓRGÃOS SOCIAIS	618,25	185,48	432,78		
64	GASTOS DE DEPRECIÇÃO E AMORTIZAÇÃO	35 226,88	1 500,00	3 500,00	30 226,88	0,00
642	ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS	35 226,88	1 500,00	3 500,00	30 226,88	
68	OUTROS GASTOS E PERDAS	791,06	237,32	553,74	0,00	0,00
681	IMPOSTOS	751,06	225,32	525,74	0,00	
688	OUTROS GASTOS E PERDAS	40,00	12,00	28,00	0,00	0,00
6883	QUOTIZAÇÕES	40,00	12,00	28,00		
69	GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO	6 283,40	0,00	0,00	6 283,40	
6	<b>TOTAL GASTOS</b>	<b>449 246,89</b>	<b>79 563,51</b>	<b>197 094,80</b>	<b>165 481,26</b>	<b>7 107,31</b>
CLASSE 8 RESULTADOS						
811	RESULTADOS ANTES IMPOSTOS	-18 655,91	99,49	178,04	-19 481,26	547,83
812	IMPOSTO RENDIMENTO EXERCÍCIO	0,00				
818	RESULTADO LÍQUIDO	-18 655,91	99,49	178,04	-19 481,26	547,83



Orçamento para o período de 2018



#	<b>MEMÓRIA JUSTIFICATIVA</b>
---	------------------------------

A Casa do Povo de Relíquias possui como área de intervenção a Freguesia de Relíquias e zonas limítrofes, sendo uma pessoa coletiva de utilidade pública de base associativa, equiparada a uma IPSS, com o objetivo de promover o desenvolvimento e o bem-estar da comunidade local, intervêm essencialmente na área da terceira idade.

Em 2018 a organização pretende continuar a sua intervenção no contexto do Centro de Dia apoiando em média 13 idosos e em Apoio Domiciliário 31 indivíduos. Tendo capacidade em Centro de Dia para 15 pessoas e em SAD 40 indivíduos. Com a conclusão da Estrutura Residencial de Apoio à Terceira Idade (ERPI) prevê-se a ampliação da intervenção em julho, garantindo aos idosos um apoio permanente (36 cama). Esta resposta social será o prolongamento das restantes valências melhorando a qualidade de vida dos idosos mais dependentes. O novo edifício irá integrar as 3 respostas sociais, oferecendo melhores condições laborais, mais conforto e segurança aos idosos utilizadores do espaço, os clientes.

No Plano de Atividades de 2018 expressa as diversas atividades, iniciativas no âmbito da intervenção com a terceira idade e a comunidade circundante. No contexto das três respostas sociais – Centro de Dia, SAD e ERPI – pretende-se, desde sempre, continuar a melhorar a qualidade de vida dos idosos junto da família e comunidade. Pois a Ação da organização passa pelo apoio biopsicossocial desta faixa etária. Importa valorizar e capacitar o idoso, reforçar as relações sociais/laços de afeto, permitir a participação do idoso na organização, quebrar a apatia e promover o contacto com outras realidades.

Sendo a Casa do Povo uma organização dirigida para a comunidade, a sua Ação não se prende essencialmente com a terceira idade, também serão desenvolvidos alguns eventos para a comunidade, nomeadamente as Festas de Agosto, o almoço de Natal, Viver Ativo, Teatro, entre outros, existindo sempre a hipótese de integrar outras iniciativas em prol da população. A organização irá mais uma vez candidatar PAACR no contexto do apoio Municipal, para garantir a realização das atividades culturais e recreativas com mais qualidade.

A Formação Profissional Modelar e a continuação do processo do RVCC Profissional pelo IEFP são apostas para 2018, promoção da qualificação da equipa de intervenção é entendida como uma mais-valia para a qualidade dos serviços de Centro de Dia, SAD e ERPI. As reuniões de equipa mensais e o acompanhamento dos colaboradores, bem como, a avaliação de desempenho serão fundamentais para uma melhor intervenção junto dos clientes – idosos e famílias. Não esquecendo a avaliação dos serviços com a aplicação de um inquérito ao cliente de Centro de Dia e SAD.

A implementação da Estrutura Residencial obrigará ao recrutamento e seleção de profissionais para ampliar a equipa de intervenção. O desenvolvimento de Estágios Curriculares, Estágios Emprego e Contrato Emprego Inserção do IEFP será uma forma de promover experiências de trabalho, alterar a representação social dos profissionais de apoio à terceira idade e promover o trabalho da organização junto da comunidade, conhecendo novos profissionais e contribuindo para a sua formação.



Orçamento para o período de 2018

No âmbito do Acordo de Colaboração com o Município, a organização pretende continuar a fornecer a alimentação escolar às crianças da pré-escolar e 1º ciclo promovendo uma alimentação equilibrada e saudável com a colaboração do Centro de Saúde de Odemira.

A organização irá continuar a promover o voluntariado, no contexto do Banco Local de Voluntariado (BLV) com o apoio do Município, para aproximar a comunidade da população idosa e da Casa do Povo.

O Plano de Atividades para o ano de 2018 é mais uma vez um documento de carácter orientador, conduzindo a acção da Casa do Povo. Sendo um fio condutor, poderá ser alvo de algumas alterações, fruto de oportunidades que surjam ou, mesmo, alguns obstáculos durante este ano civil.

#	PLANO DE ATIVIDADES
---	---------------------

Meses	Atividades Mensais
Janeiro	<p><b>1 - Vamos Ouvir as Janeiras</b>            *Local: Casa do Povo *Data: 1 a 7/1 (a definir) * Horário: 14 – 15h            *Publico alvo: cd/sad - idosos semi-dependentes e comunidade            *Colaboração: Universidade Sénior            *Responsabilidade: Equipa cpr            *Descrição: Espetáculo musical para os idosos e comunidade e lanche partilhado.            *Objectivos:            1- Promover momento musical tradicional            2- Promover as relações entre a organização e a comunidade            *Indicadores de avaliação:            1-Nº de participantes no espetáculo</p>
	<p><b>2 - Dia dos Reis</b>            *Local: Casa do Povo *Data: 6/1 * Horário: 14 – 15h            *Publico alvo: cd/sad - idosos semi-dependentes            *Responsável: Equipa cpr            *Descrição: Desfazer a árvore de Natal e presépio com os idosos e conversar sobre o dia dos Reis.            *Objectivos:            1- Sinalizar o dia dos reis, promover a orientação temporal            2- Capacitar os idosos            *Indicadores de avaliação:            1-Nº de participantes activos</p>
	<p><b>3 - Dia Internacional do Obrigado (11/1)</b>            *Local: Casa do Povo *Data: 11-01 * Horário: 14 -16h            *Publico alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes            *Responsável: Equipa cpr            *Descrição: Feitura de um postal (homem)/ flor papel (mulher) com o idoso para oferecer a quem quer agradecer.            *Objectivos:            1-Promover as relações de afecto            2-Estimular a criatividade            *Indicadores de avaliação:            1-Nº de participantes activos</p>





CASA DO POVO DE RELÍQUIAS  
HG  
Assinatura  
Assinamento

#### 4 - Dia internacional do Riso 18/1

\*Local: Casa do Povo \*Data: 18-01 \* Horário: 14 -16h

\*Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes

\*Colaboração: Escola Profissional (recurso material - retroprojector)

\*Responsável: Equipa cpr

\*Descrição: Visualização de filme de comédia intitulado Pátio das Cantigas do actor Vasco Santana.

\*Objectivos:

- 1-Promover a boa disposição dos utentes
- 2-Promover as relações de grupo

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de presenças

#### 5 - Visionamento do Filme “Somos Nós em 2017”

\*Local: Casa do Povo \*Data: 21-01-2017 \* Horário: 14 -16h

\*Público alvo: cd/sad - idosos semi-dependentes e colaboradoras

\*Colaboração: Escola Profissional (recurso material - retroprojector)

\*Responsável: Equipa cpr

\*Descrição: Os idosos e colaboradoras irão assistir ao filme que retrata o ano de 2017, terminando com o lanche.

\*Objectivos:

- 1- Estimular a memória a médio prazo;
- 2-Valorizar o trabalho da equipa da Casa do Povo e a colaboração dos utentes.

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de presenças

#### 6 - Dia da Saudade 30/1

\*Local: Casa do Povo \*Data: 25 e 26-01\* Horário: 14 -16h

\*Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes,

\*Responsável: Equipa cpr

\*Descrição: Escrever um postal a alguém que está longe e/ou visualização do familiar/amigo através de vídeo chamada (computador)

\*Objectivos:

- 1- Expressar emoções e sentimentos;
- 2- Contactar com novas tecnologias;
- 3- Reforçar relações de afecto

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de participantes activos

#### 7 - Dia do Mágico 31/1

\*Local: Casa do Povo \*Data: 31-01 \* Horário: 14 -16h

\*Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes, crianças e comunidade

\*Colaboração: Jardim de Infância de Relíquias

\*Responsável: Equipa cpr

\*Descrição: Espectáculo de magia para os idosos, crianças e comunidade

\*Objectivos:

- 1-Promover o convívio e a socialização
- 2-Estimular a percepção, compreensão e memória;
- 3-Aumentar a capacidade de expressão e comunicação;
- 4-Conhecimento recíproco

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de participantes activos



CASA DO POVO DE RELÍQUIAS  
He  
B. V. V. V.  
A. A. A. A.  
P. P. P. P.

	<p><b>8 - Elaboração dos adereços de Carnaval e Participação no Cortejo em S. Luís</b> <b>*Local:</b> S. Luís <b>*Data:</b> 1 a 13/02 <b>*Horário:</b> 14:00-16h <b>*Público alvo:</b> cd/sad - idosos semi-dependentes e comunidade <b>*Responsáveis:</b> equipa cpr <b>*Descrição:</b> Os idosos e colaboradoras fazem os adereços de Carnaval e participam no cortejo em S. Luís. <b>*Objectivos:</b> 1- Sinalizar o Carnaval, estimular a orientação temporal; 2- Promover a interacção com a comunidade 3 – Promover a motricidade fina e a criatividade. <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- Nº de adereços criados pelos idosos 2-Nº de participantes nos trabalhos manuais 3-Nº de participantes no cortejo</p> <p><b>9 - Dia do Amor</b> <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 14/02 <b>*Horário:</b> 14-16h <b>*Público alvo:</b> cd/sad - idosos semi-dependentes <b>*Responsável:</b> equipa cpr <b>*Descrição:</b> Conversas sobre os grandes amores da vida. Os utentes escolhem uma bola com um papel e são convidados a completar a frase ou responder à questão sobre o amor (“Eu tenho amor por...”, “Eu amei...”, “O meu 1º amor foi...”). As pessoas que participarem recebem um doce. <b>*Objectivos:</b> 1- Sinalizar o dia, promovendo a orientação temporal 2- Valorizar e promover as relações de companheirismo e afecto <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1-Nº de participantes activos</p> <p><b>10 - Torneio do Jogo da Bisca – “Eu Sou o Ás das Cartas”</b> <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 18 a 25/2 <b>*Horário:</b> 14 -16h <b>*Público alvo:</b> cd/sad – idosos semi-dependentes, colaboradoras e comunidade <b>*Colaboração:</b> Lar da Casa do Povo de S. Martinho <b>*Responsável:</b> equipa cpr <b>*Colaboração:</b> Lar de S. Martinho <b>*Descrição:</b> Tornei do Jogo da Bisca realizado com idosos, colaboradoras e outros individuos da comunidade de Relíquias e S. Martinho. Lanche convívio com as duas instituições. <b>*Objectivos:</b> 1-Promover novas experiências; 2-Promover as relações entre idosos, colaboradoras e comunidades das duas instituições <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1-Nº de participantes activos</p>
<p>Março</p>	<p><b>11 - Os Meus Pais Estão Velhos! E Agora?</b> <b>*Local:</b> casa do povo <b>*Data:</b> 03/03 <b>*Horário:</b> 14-16h <b>*Público alvo:</b> famílias <b>*Colaboração:</b> Enfermeira convidada <b>*Responsável:</b> Equipa cpr <b>*Descrição:</b> Conversas em grupo entre as famílias/cuidadores e técnicos (psicóloga, enfermeira e assistente social) <b>*Objectivos:</b> 1- Promover a abertura da organização às famílias 2- Valorizar o papel do cuidador informal 3- Ouvir e colaborar com a família do idoso <b>Indicadores de avaliação:</b> 1-Nº participantes</p>



Orçamento para o período de 2018

*Handwritten signatures and notes:*  
CASA DO POVO DE RELÍQUIAS  
HP.  
Miksemmit

### 12 - Comemoração do Dia da Mulher (8/3)

\*Local: Casa do Povo \*Data: 08/03 \*Horário: 11h

\*Público alvo: equipa da Casa do Povo

\*Responsabilidade: equipa cpr

\*Colaboração: Farmácia Confiança

\*Descrição: Oferta de amostras de cremes ou outros produtos às mulheres da equipa da Casa do Povo.

\*Objectivos:

- 1-Fortalecer as relações entre a equipa e cpr
- 2- Valorização das mulheres que fazem parte da equipa

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de presentes entregues

### 13 - Sinalização do Dia da Incontinência Urinária (14/3)

\*Local: Casa do Povo \*Data: 14/03/2017 \*Horário: 14-16h

\*Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes

\*Responsabilidade: equipa cpr

\*Colaboração: Enfermeira convidada (UCC ou CSO)

\*Descrição: Secção de esclarecimento sobre tema de incontinência urinária

\*Objectivos:

- 1- Promover a informação dos idosos e aumentar a auto-estima dos mesmos

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº participantes

### 14 - Dia do Pai (19/3)

\*Local: Casa do Povo \*Data: 19/3 \*Horário: 15-16h

\*Público alvo: cd/sad – idosos sexo masculino semi-dependentes – e filhos

\*Responsabilidade: equipa cpr

\*Colaboração: Filhos

\*Descrição: Pedir fotografias aos filhos para oferecer aos pais idosos. Sensibilizar os filhos para ligarem aos pais nesse dia ou deixar mensagem no facebook.

\*Objectivos:

- 1- Sinalizar o dia, promovendo a orientação temporal
- 2 -Fortalecer as relações filho-pai
- 3 - Promover a abertura da instituição à família, reforçando o trabalho de equipa entre a família e a instituição

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de filhos colaboraram

### 15 - Missa em honra dos Pais

\*Local: Casa do Povo \*Data: 20 a 23/3 Horário: 11h

\*Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes

\*Colaboração: Sr. Padre

\*Descrição: Realização de missa na organização em honra dos pais

\*Objectivos:

- 1- Homenagem aos pais, valorização da fé
- 2 -Aproximar os utentes das suas recordações e valorizar as suas raízes

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de participantes

### 16 - Dia Mundial da Árvore (21/3)

\*Local: Casa do Povo \*Data: 21/03 \*Horário: 11h

\*Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes e crianças

\*Responsável: equipa cpr

\*Colaboração: Pré-escola

\*Descrição: Plantar uma árvore com as crianças do pré-escolar e os idosos

\*Objectivos:

- 1-Promover o relacionamento intergeracional;
- 2-Fortalecer o convívio;
- 3-Relembrar saberes e valorizar o idoso.

\*Indicadores de avaliação:

- 1-Nº de participantes (idosos e crianças)



Orçamento para o período de 2017

Abril	<p><b>17 - Celebração da Páscoa (1/4)</b> *Local: Igreja *Data: 1/04 *Horário: 10h *Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes *Responsável: equipa cpr *Colaboração: Sr. Padre *Descrição: Ida à Missa na Igreja no dia de Páscoa *Objectivos: 1- Valorizar da fé dos idosos 2- Promover o convívio com a comunidade cristã *Indicadores de avaliação: 1- N° de participantes activos</p> <p><b>18 - Onde estão os ovos da Páscoa? (1/4)</b> *Local: Casa do Povo *Data: 9/04 *Horário: 14-15h *Público alvo: cd/sad - idosos semi-dependentes - e crianças *Responsável: equipa cpr *Colaboração: Pré-escolar *Descrição: Realização da caça ao ovo em equipas mistas. O jogo consiste em cada grupo crianças vai procurar os ovos que estão escondidos e os idosos rebentam os balões no fim da prova. Recebendo as crianças e idosos doces como premio. *Objectivos: 1-Estimular a orientação temporal; 2-Promover as relações intergeracionais, convívio. *Indicadores de avaliação: 1- N° participantes (idosos e crianças)</p> <p><b>19 - Sessão de Reminiscência “Onde estava eu no 25 de Abril de 1974” e feitura de Cravos Vermelhos</b> *Local: Casa do Povo *Data: 24 e 25/04 *Horário: 14-16h *Público alvo: cd/sad - idosos semi-dependentes *Responsável: equipa cpr *Descrição: Pequeno debate sobre a importância do 25 de Abril e falar sobre o que cada idoso se recorda dessa época, recorrendo a um jogo para completar frases alusivas ao tema *Objectivos: 1- Estimular a orientação temporal/espacial; 2 – Estimular a memória 3 – Estimular a motricidade fina *Indicadores de avaliação: 1- N° participantes</p> <p><b>20 - Dia da Dança – Sessão de Dança (29/4)</b> *Local: Casa do Povo *Data: 20/04 *Horário: 14-16h *Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes e colaboradoras *Colaboração: Prof. dança convidada *Responsável: equipa cpr *Descrição: Aula de dança criando momento lúdico de descontração entre idosos e funcionárias. *Objectivos: 1- Estimular a motricidade e destreza física; 2 – Promover de relações convívio e interacção *Indicadores de avaliação: 1- N° participantes</p>
Maio	<p><b>21 - Stand na Festa de Maio em Amoreiras-Gare</b> *Local: Amoreiras-gare *Data: 29, 30/4 e 1/5 Horário: a definir *Público alvo: comunidade *Responsabilidade: equipa cpr *Colaboração: Comissão Organizadora da Festa de Maio *Descrição: Divulgação da intervenção da organização no território e exposição de artigos feitos pelos idosos nos ateliês *Objectivos: 1- Divulgar a intervenção da organização no terreno 2- Informar a comunidade das possíveis respostas sociais disponíveis para os idosos e suas famílias 3- Valorizar os idosos e o trabalho juntos da terceira idade *Indicadores de avaliação: 1-N° participantes</p>



*M. Absencinich*

## 22 - Passeio à Festa de Maio em Amoreiras-Gare

\*Local: Amoreiras-gare \*Data: a definir \*Horário: 14-16h  
\*Publico alvo: cd/sad - idosos semi-dependentes  
\*Responsabilidade: equipa cpr  
\*Colaboração: Comissão organizadora da Festa de Maio  
\*Descrição: Passeio dos idosos à festa de Maio e assistir ao espectáculo musical  
\*Objectivos:  
1- Conviver com a comunidade, reforçando laços  
2- Proporcionar estímulo musical aos idosos  
\*Indicadores de avaliação:  
1-Nº de participantes

## 23 - Dia da Mãe (6/5)

\*Local: Casa do Povo \*Data: 6/5 \*Horário: 14-16h  
\*Publico alvo: cd/sad - idosas semi-dependentes e filhos  
\*Responsável: equipa cpr  
\*Colaboração: Filhos  
\*Descrição: Pedir fotografias aos filhos para oferecer às mães idosas. Sensibilizar os filhos para ligarem às mães nesse dia ou deixar mensagem no facebook.  
\*Objectivos:  
1- Sinalizar o dia, promovendo a orientação temporal  
2 -Fortalecer as relações filho-mãe  
3 - Promover a abertura da instituição à família, reforçando o trabalho de equipa entre a família e a instituição  
\*Indicadores de avaliação:  
1-Nº de filhos colaboraram

## 24 - Missa em honra de todas as mães

\*Local: Casa do Povo \*Data: 7 a 11/5 \*Horário: 11h  
\*Publico alvo: cd/sad - idosos semi-dependentes  
\*Colaboração: Sr. Padre  
\*Descrição: Realização de missa na organização em honra das mães  
\*Objectivos:  
1- Homenagem às mães, fortalecendo a fé  
2- Aproximar os utentes das suas recordações e valorizar as suas raízes  
\*Indicadores de avaliação:  
1-Nº de participantes

## 25 - Piquenique da Família (15/5) e Espiga (10/5)

\*Local: a definir \*Data: 13/5 \*Horário: 14-16H  
\*Publico alvo: sad/cd - utentes semi-dependentes e famílias  
\*Responsabilidade: equipa cpr  
\*Descrição: Piquenique a realizar no campo (ex. barragem) com os idosos e as famílias e entrega de um ramo de espiga  
\*Objectivos:  
1- Promover o convívio e a interacção com a comunidade envolvente;  
2- Reforçar os laços familiares dos utentes e o trabalho de equipa entre a organização e a família  
Indicadores de avaliação:  
1-Nº participantes

## 26 - Dia Internacional do Bombeiro (4/5)

\*Local: casa do povo \*Data: 25/5 \*Horário: 14-16h  
\*Publico alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes  
\*Responsabilidade: equipa cpr  
\*Colaboração: BVO  
\*Descrição: Sessão de informação sobre os comportamentos de risco no domicilio e lanche convívio.  
\*Objectivos:  
1- Promover a prevenção de acidentes no domicilio dos idosos  
\*Indicadores de avaliação:  
1- Nº participantes



CASA DO POVO DE RELÍQUIAS

*HR*

*Alta*

*M. S. Almeida*

Orçamento para o período de 2018

<p><b>Junho</b></p>	<p><b>27 - Comemoração do Dia mundial da Criança (1/6)</b>  <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 1/6 <b>*Horário:</b> 14-15h  <b>*Publico alvo:</b> sad/cd - idosos semi-dependentes e crianças  <b>*Colaboração:</b> pré-escolar  <b>*Descrição:</b> Jogo do rebenta o balão e distribuição de gomas. Lanche convívio.  <b>*Objectivos:</b>  1 - Promover o convívio e o intercâmbio intergeracionais;  2- Promover sentimentos de valorização dos idosos e das crianças;  <b>Indicadores de avaliação:</b>  1- N° participantes activos</p> <p><b>28 - Feira Antiga em S. Teotónio</b>  <b>*Local:</b> S. Teotónio <b>*Data:</b> a definir <b>*Horário:</b> 14-17h  <b>*Publico alvo:</b> sad/cd - idosos semi-dependentes  <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr  <b>*Descrição:</b> Visita à Feira Antiga de S. Teotónio  <b>*Objectivos:</b>  1 – Promover novas experiências;  2 – Recordar vivências.  <b>Indicadores de avaliação:</b>  1-N° participantes</p> <p><b>29 - Dia de Portugal (10/6)</b>  <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 8/06 <b>*Horário:</b> 14-16h  <b>*Publico alvo:</b> sad/cd - idosos semi-dependentes  <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr  <b>*Descrição:</b> Dialogo sobre a vida em Portugal antigamente e agora, recurso a um jogo com imagens.  <b>*Objectivos:</b>  1 – Estimular e desenvolver o diálogo, o convívio e a interacção do grupo  <b>Indicadores de avaliação:</b>  1-N° participantes</p> <p><b>30 - Dia Mundial da Consciencialização da Violência Contra a Pessoa Idosa (15/6)</b>  <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 15/06 <b>*Horário:</b> 14-16h  <b>*Publico alvo:</b> comunidade, colaboradoras, idosos e familiares  <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr  <b>*Colaboração:</b> GAVA e GNR  <b>*Descrição:</b> Exposição de algumas entidades sobre a velhice e a violência na terceira idade  <b>*Objectivos:</b>  1 – Promover conhecimento e sensibilização para a temática  <b>Indicadores de avaliação:</b>  1-N° participantes</p> <p><b>31 - Vamos à Praia</b>  <b>*Local:</b> a definir <b>*Data:</b> 29/6 <b>*Horário:</b> 11-17h  <b>*Publico alvo:</b> utentes de sad/cd - idosos semi-dependentes  <b>*Responsável:</b> Equipa cpr  <b>*Descrição:</b> Os idosos usufruem de um dia de praia.  <b>*Objectivos:</b>  1- Promover o convívio e a interacção com a comunidade envolvente;  2- Recordar ou experienciar novas vivências, usufruindo de um dia de praia  <b>Indicadores de avaliação:</b>  1-N° participantes</p>
<p><b>Julho</b></p>	<p><b>32 - Dia do Amigo (20/7)</b>  <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 06/7 <b>*Horário:</b> 14-16h  <b>*Publico alvo:</b> sad/cd/Erpi - idosos semi-dependentes  <b>*Responsável:</b> equipa CPR  <b>*Descrição:</b> Elaboração com os idosos da "Árvore Amiga" que será exposta a partir do dia 20/7, inicialmente nos diversos locais públicos em Relíquias e cpr  <b>*Objectivos</b>  1- Promover o trabalho de equipa e a expressão do idoso  2- Valorizar o idoso na comunidade  <b>*Indicadores de avaliação:</b>  1-N° participantes</p>



CASA DO POVO DE RELÍQUIAS



Orçamento para o período de 2017

A. J. Almeida

	<p><b>33 - 12º Aniversário da Resposta Social Centro de Dia/SAD</b> <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 17/7 <b>*Horário:</b> 15h <b>*Público alvo:</b> sad/cd/Erpi - idosos semi-dependentes - e equipa da Casa do Povo <b>*Responsável:</b> equipa CPR <b>*Descrição:</b> Lanche convívio com os utentes e toda a equipa de intervenção. <b>*Objectivos</b> 1- Promover relações de companheirismo e o trabalho de equipa 2-Sinalizar a data do início da intervenção da organização junto da terceira idade <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1-Nº participantes</p> <p><b>34 - Mimar os Avós - Dia Mundial dos Avós (26/7)</b> <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 26/7 <b>*Horário:</b> 15h <b>*Público alvo:</b> sad/cd/Erpi - idosos semi-dependentes e os netos <b>*Colaboração:</b> netos <b>*Descrição:</b> Contactar com os netos e solicitar um vídeo dos netos com mensagem para os avós que será visto pelos os idosos. <b>*Objectivos:</b> 1- Assinalar o dia Mundial dos Avós; 2- Estreitar os laços familiares entre os netos e avós <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1-Nº participantes</p> <p><b>35 - Participação na FACECO 2018</b> <b>*Local:</b> S. Teotónio <b>*Data:</b> definir <b>*Horário:</b> definir <b>*Público alvo:</b> comunidade <b>*Responsabilidade:</b> CMO e equipa CPR <b>*Colaboração:</b> funcionárias e voluntários, Município de Odemira <b>*Descrição:</b> divulgação da instituição e exposição de trabalho dos utentes <b>*Objectivos:</b> 1 - Divulgar a intervenção da organização no terreno 2 -Informar a comunidade das possíveis respostas sociais disponíveis para os idosos e suas famílias 3- Valorizar os idosos e o trabalho juntos da terceira idade <b>*Indicador de avaliação:</b> 1-Nº visitas</p> <p><b>36 - Passeio à FACECO 2018</b> <b>*Local:</b> S. Teotónio <b>*Data:</b> definir <b>*Horário:</b> 11-17h <b>*Público alvo:</b> sad/cd/erpi - idosos semi-dependentes <b>*Colaboração:</b> Município de Odemira, Junta de Freguesia, voluntários e colaboradoras <b>*Descrição:</b> Os utentes vão almoçar e visitar a FACECO. <b>*Objectivos:</b> 1- Promover a cultura das gerações mais velhas, permitindo o conhecimento dos idosos sobre do Concelho de Odemira; 2 - Promover a interacção com a comunidade; 3 - Adquirir novos saberes e visualizar novas realidades. <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1-Nº de participantes</p>
Agosto	<p><b>37-Festas de Agosto – Comemoração da Festa da Nossa Sra. da Assunção (15/8)</b> <b>5º Almoço Convívio dos Amigos de Relíquias (11/8)</b> <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 11/8 <b>*Horário:</b> 13h <b>*Público alvo:</b> Comunidade <b>*Responsável:</b> equipa cpr <b>*Colaboração:</b> Empresas diversas e voluntários <b>*Descrição:</b> Almoço a realizar na Casa do Povo para a comunidade com música tradicional diversa e baile. <b>*Objectivos:</b> 1- Valorizar e promover a Festa da Nossa Sra. Da Assunção (Padroeira da terra) 2- Valorizar e promover a música portuguesa/alentejana, 3-Envolver a comunidade na dinâmica institucional <b>*Indicador de Avaliação:</b> - Nº de participante</p>



CASA DO POVO DE RELÍQUIAS  
Handwritten signatures and initials: HP, G, A, M, and a signature that appears to be "M. de Jesus" in blue ink.

Orçamento para o período de 2017

	<p><b>Dia da Procissão (15/8)</b> *Local: Casa do Povo *Data: 15/8 *Horário: *Público alvo: Comunidade, sad/cd/erpi - idosos semi-dependentes *Responsável: equipa cpr *Colaboração: Junta freguesia *Descrição: Os idosos irão ver passar a procissão. A organização irá colaborar com a junta na refeição da Banda Filarmónica. *Objectivos: 1- Valorizar a fé dos idosos 2- Envolver a comunidade na dinâmica institucional *Indicador de Avaliação: - N° de participante</p> <p><b>38 - Dia Mundial da Fotografia (19/8)</b> *Local: Casa do Povo *Data: 19/08 *Horário: 14-16h *Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes, equipa e a comunidade *Responsável: equipa cpr *Descrição: Recolha e visionamento de fotografias de cada idoso (antiga e recente). A equipa irá tirar uma foto em grupo. Elaboração de uma pequena exposição na organização para a comunidade. *Objectivos: 1-Valorizar o idoso 2-Valorizar o trabalho da equipa 3-Promover a relação com a comunidade *Indicadores de avaliação: 1-N° de participantes</p>
Setembro	<p><b>39 - Vamos à Praia</b> *Local: a definir *Data: 1 a 7/9 *Horário: 11-17h *Público alvo: utentes de sad/cd - idosos semi-dependentes *Responsável: Equipa cpr *Descrição: Os idosos usufruem de um dia de praia. *Objectivos: 1- Promover o convívio e a interacção com a comunidade envolvente; 2- Recordar ou experienciar novas vivências, usufruindo de um dia de praia *Indicadores de avaliação: 1-N° participantes</p> <p><b>40 - Participação dos utentes na Sardinhada da Amizade</b> *Local: a definir *Data: a definir *Horário: a definir *Público alvo: idosos institucionalizados *Colaboração: Instituições de Apoio à 3ª Idade do concelho de Odemira *Responsabilidade: Instituição selecionada anualmente *Descrição: Almoço convívio com as instituições de apoio à 3ª idade do concelho. Uma das organizações assume a execução da sardinhada e as restantes colaboram com alguns donativos para a sobremesa *Objectivos: 1-Promover o intercâmbio institucional. *Indicadores de avaliação: 1- N.º participantes</p> <p><b>41 - Dia Mundial da Fisioterapia (8/9)</b> *Local: Casa do Povo *Data: 8/09 *Horário: 14-16h *Público alvo: cd/sad – idosos semi-dependentes *Responsável: equipa cpr *Colaboração: Fisioterapeuta convidado *Descrição: Exposição sobre a importância da fisioterapia na recuperação *Objectivos: 1-Promover o conhecimento dos idosos 3-Prevenir a apatia após AVC ou outra situação saúde limitativa *Indicadores de avaliação: 1-N° de participantes</p>





CASA DO POVO DE RELÍQUIAS  
 [Handwritten signatures and initials]

Orçamento para o período de 2018

	<p><b>42 - Passagem de Modelos</b>  <b>*Local:</b> casa do povo <b>*Data:</b> 30/9 <b>*Horário:</b> 14-16h  <b>*Público alvo:</b> comunidade  <b>*Colaboração:</b> comercio tradicional, pré-escolar e colaboradores  <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr  <b>*Descrição:</b> Realização de um desfile de moda, onde as crianças, jovens e idosos desfilam com roupa e adereços emprestados pelas lojas (casacos, malas, colares, etc). Divulgação no facebook.  <b>*Objectivos:</b>          1- Promover as relações intergeracionais          2- Promover a abertura da instituição à comunidade          3- Valorizar o idoso  <b>*Indicadores de avaliação:</b>          1- N.º participantes desfile          2- N.º espectadores          3- n.º gostos nas redes sociais</p>
<p>Outubro</p>	<p><b>43 - Comemoração do Dia Internacional das Pessoas Idosas (1/11)</b>  <b>*Local:</b> a definir <b>*Data:</b> 1/10 <b>*Horário:</b> a definir  <b>*Público alvo:</b> idosos das instituições de apoio à 3ª idade  <b>Responsável:</b> CMO e a organização selecionada para desenvolver o evento  <b>*Colaboração:</b> Município de Odemira e as organizações de apoio à 3ª Idade  <b>*Descrição:</b>          Almoço convívio com oferta de uma prendinha aos idosos, elaborada pelas próprias organizações. Oferta de bolo para sobremesa.  <b>*Objectivos:</b>          1 -Promover o intercâmbio institucional;          2 -Promover sentimentos de valorização dos idosos.  <b>*Indicadores de avaliação:</b>          1- N.º participantes</p> <p><b>44 - Dia Mundial do Sorriso (7/10)</b>  <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 7/10 <b>*Horário:</b> 14-16h  <b>*Público alvo:</b> sad/cd – idosos semi-dependentes  <b>*Responsável:</b> equipa cpr  <b>*Descrição:</b> Comemorar o dia do sorriso com a publicação dos utentes a sorrir e a equipa cpr nas redes sociais.  <b>*Objectivos:</b>          1-Promover a boa disposição na instituição          2-Reforçar os laços entre a equipa e os idosos  <b>*Indicadores de avaliação:</b>          1- N.º participantes          2-N.º de reações nas redes sociais</p> <p><b>45 - Dia Mundial da Lavagem das Mãos (15/10)</b>  <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 15/10 <b>*Horário:</b> a14-16h  <b>*Público alvo:</b> sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes  <b>*Responsável:</b> equipa cpr  <b>*Colaboração:</b> enfermeira convidada  <b>*Descrição:</b>          Convidar uma enfermeira que fale da importância da lavagem das mãos para a saúde.  <b>*Objectivos:</b>          1-Promover bons hábitos de higiene diária  <b>*Indicadores de avaliação:</b>          1- N.º participantes</p> <p><b>46 - Carros Antigos</b>  <b>*Local:</b> Auto-Serápio <b>*Data:</b> 22/10 <b>*Horário:</b> 14-16h  <b>*Público alvo:</b> sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes  <b>*Colaboração:</b> Auto-Serápio  <b>*Descrição:</b> Visita dos idosos à oficina Auto-Serápio para verem algumas viaturas antigas  <b>*Objectivos:</b>          1- Promover o conhecimento e novas experiências          2- Valorizar o idoso  <b>*Indicadores de avaliação:</b>          1-N.º de participantes</p>



CASA DO POVO DE RELÍQUIAS

*[Handwritten signatures and notes]*  
N.º de participantes

Orçamento para o período de 2018

Novembro	<p><b>47 - Comemoração do Dia de Todos os Santos (1/11) S. Martinho</b> <b>*Local:</b> CPR e 1º Ciclo <b>*Data:</b> 2/11 <b>Horário:</b> 14-16h <b>*Público alvo:</b> sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes - crianças <b>*Responsável:</b> Equipa cpr <b>*Colaboração:</b> Pré-escolar e 1º Ciclo <b>*Descrição:</b> Recepção das crianças da pré-escola e oferta de doces e ida ao 1º ciclo oferecem às crianças os bolinhos (doces) <b>*Objectivos:</b> 1- Promover as relações intergeracionais; 2- Valorizar os idosos; 3- Sinalizar a data, estimular a orientação temporal. <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- N.º participantes</p>
	<p><b>48 - Dia dos Finados (2/11)</b> <b>*Local:</b> Igreja e cemitério <b>*Data:</b> 2/11 <b>Horário:</b> 10-12h <b>*Público alvo:</b> sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes <b>*Responsável:</b> Equipa cpr <b>*Descrição:</b> Os idosos vão à missa na Igreja de Relíquias e ao cemitério. <b>*Objectivos:</b> 1- Valorizar a vontade dos idosos; 2- Promover a fé; 3- Sinalizar a data, estimular a orientação temporal. <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- N.º participantes</p>
	<p><b>49 - Visita ao lagar de Colos</b> <b>*Local:</b> Lagar de Colos <b>*Data:</b> 4 a 10/11 <b>*Horário:</b> 14-16h <b>*Público alvo:</b> cd/sad – idosos semi-dependentes <b>*Responsável:</b> equipa cpr <b>*Colaboração:</b> Lagar de Colos <b>*Descrição:</b> Visita ao lagar de Colos com os idosos <b>*Objectivos:</b> 1- Promover o conhecimento 2- Promover o contacto com a comunidade <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- N.º de participantes</p>
	<p><b>50 - Ser Solidário</b> <b>*Local:</b> Relíquias <b>*Data:</b> nov a dez <b>Horário:</b> <b>*Público alvo:</b> pessoas carenciadas <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr <b>*Colaboração:</b> comunidade <b>*Descrição:</b> Recolha de bens e brinquedos para entregar as pessoas carenciadas da freguesia no dia da Festa de Natal. <b>*Objectivos:</b> 1- Envolver a comunidade nos objectivos da instituição; 2- Promover a valorização dos seniores; 3- Demonstrar o papel ativo que podem ter na sociedade. <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- N.º de bens e brinquedos angariados 2- N.º de pessoas receptoras dos bens e brinquedos</p>
	<p><b>51 - Cabaz de Natal</b> <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> nov a dez <b>*Horário:</b> <b>*Público alvo:</b> comunidade <b>*Colaboração:</b> colaboradoras <b>*Descrição:</b> Realização de um cabaz de Natal com as doações da equipa cpr que será rifado na comunidade <b>*Objectivos:</b> -Envolver a equipa e comunidade nos objectivos da instituição <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- N.º de bens angariados 2- N.º de participantes nas rifas</p>



Orçamento para o período de 2018

CASA DO POVO DE RELÍQUIAS



	<p><b>52 - Comemoração do Magusto (11/11)</b> <b>*Local:</b> Casa do povo <b>*Data:</b> a definir <b>*Horário:</b> a definir <b>*Público alvo:</b> cd/sad/erpi – idosos semi-dependentes, crianças e comunidade <b>*Colaboração:</b> Pré-escolar e 1º Ciclo, Junta de Freguesia <b>*Descrição:</b> Jogo com as crianças. Lanche convívio entre as crianças e idosos. <b>*Objectivos:</b> 1- Promover as relações intergeracionais 2 - Valorização do idoso 3- Sinalizar a data e relembrar tradições</p> <p><b>53 - Dia Mundial do Olá (21/11)</b> <b>*Local:</b> Relíquias <b>*Data:</b> 21/11/17 <b>Horário:</b> 14-16h <b>*Público alvo:</b> sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes <b>*Responsável:</b> Equipa cpr <b>*Descrição:</b> Passeio pela aldeia de Relíquias com os utentes, promovendo o cumprimento das pessoas da comunidade e oferta simbólica de um olá. <b>*Objectivos:</b> 1- Promover as relações com a comunidade; 2-Promover a actividade física. <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- N.º de participantes na caminhada, 2-N.º de olás entregues à comunidade.</p>
Dezembro	<p><b>54 - O Natal na Casa do Povo</b> <b>*Local:</b> Casa do povo <b>*Data:</b> 1ª semana Dezembro <b>Horário:</b> 14-16h <b>* Público alvo:</b> sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes e colaboradoras <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr <b>*Descrição:</b> Recolha de musgo, elaboração do presépio e árvore de Natal entre as funcionárias e utentes <b>*Objectivos:</b> 1- Sinalizar a época do Natal 2- Valorizar o papel do idoso na instituição 3 - Relembrar tradições <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1-N.º de participantes</p> <p><b>55 - Bazar de Natal</b> <b>*Local:</b> Casa do Povo <b>*Data:</b> 16 a 23/12 <b>*Horário:</b> 20-21h <b>*Público alvo:</b> comunidade <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr <b>*Descrição:</b> Bazar de Natal feito na organização com artigos de Natal feitos pelos idosos e comunidade. <b>*Objectivos:</b> 1- Valorizar o idoso 2- Recolha de fundos para a organização <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1- Nº artigos do bazar expostos e vendidos</p> <p><b>56 - Nossos Votos de Boas Festas</b> <b>*Local:</b> Casa do povo <b>*Data:</b> 9 a 15/12 <b>Horário:</b> 14-16h <b>* Público alvo:</b> sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes e colaboradoras <b>*Responsabilidade:</b> equipa cpr <b>*Descrição:</b> Fotografar os idosos e colaboradoras para publicar na rede social a desejar um Feliz Natal e Ano Novo para a comunidade, família e amigos. As mensagens serão publicadas faseadamente ao longo do mês de Dezembro. <b>*Objectivos:</b> 1- Sinalizar a época do Natal 2- Fortalecer as relações familiares e sociais <b>*Indicadores de avaliação:</b> 1-N.º de participantes 2-N.º de reacções nas redes sociais</p>



Orçamento para o período de 2018

CASA DO POVO DE RELÍQUIAS

### 57 - Jantar de Natal com a Equipa

\*Local: a definir \*Data: a definir \*Horário: 20-21h

\*Público alvo: equipa cpr

\*Responsabilidade: equipa cpr

\*Descrição: Realização de jantar convívio entre a equipa.

\*Objectivos:

1- Reforçar os laços de companheirismo na equipa, contribuindo para uma melhor relação no trabalho

\*Indicadores de avaliação:

1- Nº participantes

### 58 - Árvore dos Desejos

\*Local: Casa do povo \*Data: 26 a 31/12 Horário: 14-16h

\* Público alvo: sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes, colaboradoras e comunidade

\*Responsabilidade: equipa cpr

\*Descrição::

Fazer com os idosos uma árvore com os desejos para 2019. A árvore irá circular pela comunidade, onde as pessoas poderão colocar os seus votos.

\*Objectivos:

1- Sinalizar o ano novo

2 - Valorizar o trabalho da equipa e o companheirismo

3 - Valorizar os idosos

\*Indicadores de avaliação:

1-N.º de participantes na feitura da árvore

2-Nº de votos

3-Nº local de exposição na comunidade

### 59 - Jornal da Casa do Povo

\*Local: Casa do povo \*Data: Dez Horário:

\* Público alvo: comunidade

\* Colaboração: Junta de Freguesia de Relíquias

\*Responsabilidade: equipa cpr

\*Descrição::

Elaboração de um jornal anual com o resumo do ano 2017 e a informação para o ano 2018, bem como, alguma informação dos idosos de carácter ludico

\*Objectivos:

1- Sinalizar o ano novo

2 - Valorizar o trabalho da equipa e o companheirismo

3 - Valorizar os idosos

\*Indicadores de avaliação:

1-N.º de participantes na feitura da árvore

2-Nº de votos

3-Nº local de exposição na comunidade



Orçamento para o período de 2017



## Atelier Gerontomotricidade

**\*Local:** Casa do povo **\*Data:** 3ª F (1x semana) **\*Horário:** 13-14h  
**\*Público alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes  
**\*Responsabilidade:** equipa cpr  
**\*Descrição:** Ginástica passiva através de jogos com bola, balões, fitas, etc. Caminhadas pela aldeia, exercícios de aquecimento, jogos tradicionais e exercícios de relaxamento.  
**\*Objectivos:**  
1- Estimular a motricidade fina  
2- Desenvolver a psicomotricidade  
3- estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento  
**\*Indicadores de avaliação:**  
1- Nº participantes  
2- Nº acções

## Atelier de Jardinagem

**\*Local:** Casa do povo – espaço exterior **\*Data:** sab (1x semana) **\*Horário:** 14-15h  
**\*Público alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes e as crianças  
**\*Responsabilidade:** equipa cpr e sr. Adriano  
**\*Descrição:** Plantação e manutenção de produtos hortícolas, onde o sr. Adriano irá ensinar os filhos das funcionárias a cuidar da horta. Utilização dos géneros alimentícios na confecção das refeições da organização.  
**\*Objectivos:**  
1- Promover as relações intergeracionais  
2- Reforçar os laços entre os idosos e a equipa  
3- Valorizar os idosos  
4- Promover o conhecimento das crianças  
**\*Indicadores de avaliação:**  
1- Nº participantes  
2- Nº produtos semeados e recolhidos  
3- Nº acções

## Atelier Estimulação

**\*Local:** Casa do povo **\*Data:** 2ª F (grupo) 3 a 5ª (individual) **\*Horário:** 14-15h  
**\*Público alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes  
**\*Responsabilidade:** equipa cpr  
**\*Descrição:** Estimulação cognitiva com duas vias distintas – sessões de estimulação em grupo e sessões de estimulação individuais. São realizados exercícios validos que estimulam a memória, raciocínio, atenção e concentração, funções executivas, calculo, linguagem e sensorio motor.  
**\*Objectivos:**  
1- Prevenir/retardar a deterioração das faculdades mentais;  
2- Promover a partilha de experiências  
3- Promoção da afectividade  
4- Potenciar o espírito crítico e sensibilização  
5- Promover o envelhecimento activo  
**\*Indicadores de avaliação:** 1- Nº participantes; 2- Nº acções.



Orçamento para o período de 2018

CASA DO POVO DE RELVA

H. Vasconcelos

## Atelier Trabalhos Manuais

**\*Local:** Casa do povo **\*Data:** 5<sup>a</sup> (4x mês) **\*Horário:** 14-16h

**\*Publico alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes

**\*Responsabilidade:** equipa cpr

**\*Descrição:** Elaboração de pequenos trabalhos manuais (papel, material reciclado, feltro, tecido, lã, renda etc) que serão expostos nas feiras e bazares. Os produtos vendidos revertem a favor da organização.

**\*Objectivos:**

- 1- Valorizar o idoso
- 2- Promover a motricidade fina e criatividade
- 3- Relembrar saberes
- 4- Promover a precisão manual e a coordenação psicomotora

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N<sup>o</sup> participantes
- 2- N<sup>o</sup> acções

## Atelier de Culinária

**\*Local:** Casa do povo **\*Data:** 6<sup>o</sup> F (1x mês) **\*Horário:** 14-16h

**\*Publico alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes

**\*Responsabilidade:** equipa cpr

**\*Descrição:** Confeção de bolos, doces e compotas com os idosos para os lanches na organização. Recolha de receitas com as idosas.

**\*Objectivos:**

- 1- Valorizar o idoso
- 2- Estimular a motricidade fina
- 3- Promover o companheirismo

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N<sup>o</sup> participantes
- 2- N<sup>o</sup> acções

## Atelier Reciclagem

**\*Local:** Casa do Povo **\*Data:** Domingo (1x semana) **\*Horário:** 14h

**\*Publico alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes

**\*Responsabilidade:** equipa cpr

**\*Descrição:**

A actividade de reciclagem continuará no ano 2018:

-A organização continuará a fazer a separação e semanalmente irá colocar com os idosos o lixo nos ecopontos da aldeia.



Orçamento para o período de 2018

CASA DO POVO DE RELÍQUIAS

-Nos cafés a organização irá colocar recipientes próprios para a recolha de tampas e caricas para o projecto de reciclagem para angariar equipamento médico e enfermagem.

**\*Objectivos:**

- 1- Capacitar e valorizar o idoso na comunidade
- 3-Criar hábitos de reciclagem na comunidade

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° participantes
- 2- N° parceiros (entidades)

## Atelier Net

**\*Local:** Casa do Povo **\*Data:** Jan a Dez registo (30-31 mês visionamento) **\*Horário:** 13-14h

**\*Publico alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes e comunidade

**\*Responsabilidade:** equipa cpr

**\*Descrição:** Registo e publicação na rede social facebook das actividades desenvolvidas com e para os idosos. Mostrar aos idosos os comentários e fotografias publicadas na rede social no último dia do mês. Motivar os idosos a responder aos comentários publicados.

**\*Objectivos:**

- 1- Capacitar e valorizar o idoso na comunidade
- 2 – Valorizar o trabalho da equipa com idosos
- 3- Informar a comunidade sobre os trabalhos realizados na organização
- 4- Aproximar gerações
- 5-Estimulo da memória a médio prazo

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° publicações
- 2- N° gostos/ comentários

## Atelier Aniversários

**\*Local:** Casa do Povo **Data:** dia de aniversário do idoso **\*Horário:** 15h

**\*Publico alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes – família

**\*Responsabilidade:** equipa cpr

**\*Descrição:** Realização da festa de aniversário do idoso, convite de um/dois elementos da família e feitura do bolo de aniversário para comemorar mais um ano de vida. Registo fotográfico do momento e divulgação nas redes sociais. Oferecer um mimo ao aniversariante (ex. ir ao café, pintar as unhas, falar com um amigo ou familiar ausente...).

**\*Objectivos:**

- 1- Valorizar o idoso
- 2 - Reforçar as relações familiares, amizade e companheirismo.

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° participantes (idosos e colaboradoras)
- 2- N° familiares presentes



Orçamento para o período de 2018

CASA DO POVO DE RELÍQUIAS  
*[Handwritten signatures and initials]*  
*Assessment*

3- Nº ofertas dos familiares

### Atelier Actividades Religiosas

**\*Local:** Igreja      **Data:** domingo (4xmês)      **\*Horário:** 11h  
**\*Publico alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes  
**\*Responsabilidade:** equipa cpr  
**\*Descrição:** Os idosos assistem à Missa na Igreja da Paróquia de Relíquias  
**\*Objectivos:**  
1- Valorizar o idoso e a sua fé  
2 – Promover o contacto com a comunidade católica  
**\*Indicadores de avaliação:**  
1- Nº participantes  
2- Nº Missas assistidas

### Atelier Boas Práticas

#### Reunião Mensal de Equipa

**\*Local:** Casa do Povo      **\*Data:** 3ª semana/mês (5ª F 14-15H)  
**\*Publico alvo:** equipa cpr  
**\*Responsabilidade:** diretora técnica  
**\*Descrição:** A equipa reunirá uma vez no mês sobre orientação da Diretora Técnica, para reflectir sobre a intervenção e ter novas orientações das práticas.  
**\*Objectivos:**  
1- Melhorar os serviços da equipa de intervenção  
2- Promover a resolução de conflitos e o trabalho de equipa  
**\*Indicadores de avaliação:**  
1- Nº de participantes  
2- Nº de momentos de reunião e registos resultantes

#### Formação Profissional Pós Laboral (Modular)

**\*Local:** Casa do Povo      **\*Data:** a definir  
**\*Carga horária:** mínimo 35 h  
**\*Publico alvo:** pessoal afecto ao serviço (equipa de intervenção)  
**\*Parcerias:** IEFP  
**\*Descrição:**  
Os módulos de formação serão um espaço de aquisição de conhecimentos, troca de saberes e experiências.  
**\*Objectivos:**





Orçamento para o período de 2017



1 -Qualificar o pessoal afecto ao serviço, permitindo a aquisição de novos conhecimentos para prestação de serviços de qualidade.

**\*Indicadores de avaliação:**

1- Nº participantes

2- Nº módulos administrados

### **Avaliação de Desempenho**

**\*Local:** Casa do Povo **\*Data:** Ano civil

**\*Publico alvo:** equipa cpr

**\*Responsabilidade:** directora técnica

**\*Descrição:** Durante o ano 2018 será desenvolvido 3 momentos, onde será feita uma reflexão inicial com cada profissional da equipa, estabelecidas etapas a atingir no ano civil para melhorar os serviços, não esquecendo o acompanhamento permanente para uma avaliação final no início de 2019:

1 – Reflexão Profissional (Fevereiro/Março 18)

Entregue ao colaborador as tarefas profissionais, perfil exigido, condutas a melhorar

2 – Avaliação Preliminar (Julho/Julho18)

Reflexão com o profissional sobre o desempenho, entrega de certificados de colaboração (todas iniciativas realizadas onde a pessoas não está em horário laboral)

3 – Avaliação Final (Janeiro19)

Reunião com o profissional autoavaliação, avaliação superior

**\*Objectivos:**

1- Melhorar os serviços da equipa de intervenção

2- Promover a progressão na carreira, valorizando o trabalho do profissional

**\*Indicadores de avaliação:**

1- Nº de participantes no processo

2-Nº de momentos de reunião e registos resultantes

3-Nº de colaboradores que atingiram as metas traçadas inicialmente

4-Nº de colaboradores recompensados

### **Avaliação dos Serviços**

**\*Local:** Casa do Povo **\*Data:** Janeiro (1x ano)

**\*Publico alvo:** equipa cpr

**\*Responsabilidade:** directora técnica

**\*Descrição:** Elaboração e implementação de inquérito sobre o grau de satisfação dos serviços da instituição. Realização de relatório a apresentar à Direcção e equipa.

**\*Objectivos:**

1- Conhecer o grau de satisfação e aspectos a melhorar

2 - Melhorar os serviços das respostas sociais Centro de Dia e SAD a médio e longo prazo

**\*Indicadores de avaliação:**

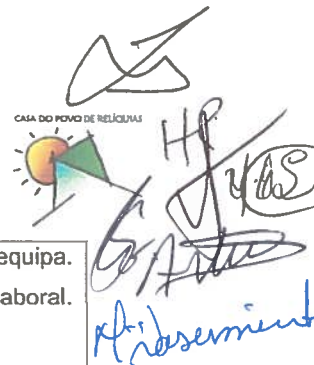
1- Nº inquéritos aplicados e analisados

### **Queremos Ver Um Fime...**

**\*Local:** Casa do Povo **\*Data:** a definir

**\*Publico alvo:** equipa cpr

**\*Responsabilidade:** directora técnica



### Orçamento para o período de 2018

**\*Descrição:** Selecção de um filme, relacionado com temáticas profissionais, proposto à equipa. Após uma semana de inscrições (mínimo 3 pessoas) será feita uma sessão em horário pós laboral. Não existe carácter obrigatório...

**\*Objectivos:**

- 1- Melhorar práticas profissionais
- 2 – Criar momentos de reflexão sobre a temática apresentada

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° de filmes visionados
- 2- N° de participantes

## PAACR 2018 - Projecto As Relíquias de Relíquias

**\*Local:** Casa do Povo

**Data:**

**\*Horário:**

**\*Publico alvo:** comunidade

**\*Colaboração:** Município Odemira e Junta de Freguesia

**\*Responsabilidade:** equipa cpr

**\*Descrição:**

Recolha, registo e compilação da saberes, mesinhas, orações, tradições, canções, provérbios, receitas gastronómicas da Freguesia de Relíquias. O livro irá materializar a cultura tradicional das gentes de Relíquias. Será desenvolvido uma pequena feira com os produtos da terra para a comunidade.

**\*Objectivos:**

- 1- Valorizar e promover a cultura tradicional da Freguesia de Relíquias
- 2- Valorizar as gentes da Freguesia

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° registos
- 2- N° participantes
- 3- N° de livros impressos/ vendidos
- 4- N° de tasquinhas na feira anual

## Acordos de Colaboração com Município

### Viver activo – Programa Municipal de Actividade Física

**\*Local:** Casa do Povo **\*Data:** período escolar **\*Carga horária:** 40 minutos, 2 vezes por semana

**\*Publico alvo:** comunidade

**\*Responsabilidade/Promotor:** Município de Odemira

**\*Descrição:** o P.M.A.F. é composto por um conjunto de acções. Podemos situar estas acções/actividades em dois grandes panos: um primeiro de carácter permanente e continuado sob a forma de sessões/aulas e um segundo que serve de complemento às actividades regulares com características específicas e pontuais como sejam visitas/passeios culturais, intercâmbios, jornadas.

**\*Objectivos:**

- 1- Melhorar a qualidade de vida e bem-estar da população com mais de 60 anos
- 2- Promover o gosto pela prática da actividade física
- 3- Melhorar a autonomia funcional e social



Orçamento para o período de 2018

- 4 - Estimular o relacionamento social e afectivo, combatendo o isolamento das populações
- 5 - Sensibilizar para a adopção e/ou manutenção de hábitos de vida saudáveis
- 6 - Ocupar os tempos livres de forma salutar

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° participantes

**Fornecimento de Refeições Escolares**

**\*Local:** Cantina escolar      **\*Data:** período escolar 2018/19

**\*Publico alvo:** crianças Pré-escolar e 1º Ciclo

**\*Colaboração:** Município de Odemira, CSO

**\*Responsabilidade:** Equipa cpr

**\*Descrição:** Fornecimento da refeição do almoço na cantina às crianças do pré-escolar e 1º Ciclo em período escolar. A ementa devidamente orientada pelo dietista Daniel CSO é exposta na cantina e publicada na rede social.

**\*Objectivos:**

- 1- Fornecer uma alimentação equilibrada e saudável às crianças em período escolar

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° médio de almoços servidos às crianças por mês
- 2- N° de crianças que almoçam

**Banco Local de Voluntariado – Projecto Uma Mão Um Amigo + Ginástica Sénior**

**\*Local:** Casa do povo      **\*Data:** a definir

**\*Publico alvo:** sad/cd/erpi – idosos semi-dependentes

**\*Colaboração:** Município de Odemira, voluntários

**\*Responsabilidade:** Equipa cpr

**\*Descrição:**

- 1- Realização de atividades lúdicas para melhorar o bem-estar social, minimizando o isolamento e a solidão dos idosos do Centro de Dia e SAD.
- 2- Promoção da qualidade de vida na 3ª idade, intervindo a nível da saúde do organismo com os benefícios da prática do exercício físico.

**\*Objectivos:**

- 1 – Promover a participação dos cidadãos voluntários na organização

**\*Indicadores de avaliação:**

- 1- N° voluntários
- 2- N° colaborações

Diretora Técnica: Patrícia Rodrigues.

*para obter melhores resultados*

*Diário do Nascimento*  
*Helena Maria Augusto*  
*Sérgio Alexandre Estêvão Lima*  
*Artur Maria Silvestre*  
*Luís Paulo*