

ENQUADRAMENTO

Ano Internacional Para a Irradicação

“Em Portugal uma pessoa é considerada pobre, quando se auferir o salário mínimo de €467,00 mensais, ou seja, €5.607,00 anuais.

Depois das contas feitas, chega-se à conclusão que temos no nosso país cerca de 2.000.000 de pobres, visto ganharem menos de €450,00 mensais.”

Para erradicar a pobreza em Portugal, cada português deveria receber em média, no mínimo €800,00 mensais.

Se houver mais circulação de dinheiro, ou seja, se uma pessoa tiver um salário mais alto, pode gastar mais e ter assim uma vida mais confortável.

Neste sentido as empresas empregadoras, também usufruem desta realidade, visto que os seus produtos têm maior escoamento.

Assim sendo, as empresas aumentam o seu capital e podem criar mais postos de trabalho, diminuindo assim esse grande flagelo que é o desemprego.

Todos precisamos uns dos outros.

Os pobres precisam dos ricos, mas os ricos para continuarem a ser ricos, também precisam dos pobres.

Só é necessário que os ricos sejam um pouco menos ricos, para que os pobres sejam menos pobres. Se isso algum dia suceder, o que eu acredito, os ricos mantêm sempre as suas riquezas e os pobres terão uma vida mais digna.

Sem o apoio da Segurança Social, muitos dos reformados com 65 anos ou mais, estariam abaixo do limite da pobreza.

Já o grupo dos 18 anos são os que têm a taxa de risco de pobreza mais elevada.

Repartir não é tirar a quem tem muito para dar a quem tem menos, mas sim uma questão de justiça social, é considerar o ser humano, Humano.

d' Almeida Gonçalves

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

O Plano de Ação 2020 é considerado uma ferramenta como de valor acrescentado para as atividades a realizar e para a definição de caminhos e metas a atingir. O objetivo deste Plano de Ação é descrever as ações que a entidade se propõe a desenvolver durante o ano de 2020, tendo em conta os serviços que presta e as atividades que perspectiva para o próximo ano.

Neste sentido, por forma a atingirmos os objetivos estratégicos, é nosso propósito:

- Angariar novos utentes e promover a melhoria dos serviços;
- Melhorar o Plano de Comunicação;
- Melhorar a satisfação dos colaboradores;
- Valorizar o potencial estratégico dos Recursos Humanos;
- Melhorar os serviços prestados aos utentes;
- Melhorar equipamentos e instalações;
- Promover a proximidade da Instituição à comunidade envolvente;
- Promover a sustentabilidade económica/financeira da Instituição;
- Promover a sustentabilidade ambiental da Instituição.

ANÁLISE DO AMBIENTE ENVOLVENTE - ANÁLISE SWOT

A ARPILF é uma instituição proactiva e dinâmica, antecipando as necessidades num futuro próximo e trabalhando os dados globais no sentido de prever as mesmas necessidades num futuro mais longo.

1 – Externa

- Oportunidades:

- ❖ Estabelecimento de uma vasta rede de parcerias;
- ❖ Envelhecimento da população;
- ❖ Abertura constante de Candidaturas a programas de apoio;
- ❖ Reconhecimento e valorização da ARPILF por parte dos cidadãos e de todo o meio envolvente;
- ❖ Notoriedade e Visibilidade.

- Ameaças:

- ❖ Atual crise económica;
- ❖ Cortes/redução de recursos financeiros por parte das entidades do Estado;

- ❖ Dependência económica/financeira da instituição em relação aos Acordos de Cooperação celebrados com a Segurança Social;
- ❖ Baixos rendimentos das famílias;
- ❖ Aumento da Taxa de Desemprego o que faz com que os familiares possam ficar com os idosos em casa.

2 – Interna

- Forças:

- ❖ Qualidade dos serviços prestados;
- ❖ Preocupação com os utentes e suas necessidades;
- ❖ Competência e profissionalismo, motivação e experiência dos colaboradores;
- ❖ Investimentos contínuos na qualidade dos serviços prestados;
- ❖ Transparência na Gestão;
- ❖ Rentabilização dos Recursos Humanos e Materiais;
- ❖ Infraestruturas e acessos;
- ❖ Equipamento de qualidade;
- ❖ Flexibilidade de horários;
- ❖ Rapidez de resposta às solicitações;
- ❖ Promoção de atividades Inter-geracionais;
- ❖ Intercâmbios Inter e Intra institucionais;
- ❖ Diversidade das atividades complementares.

- Fraquezas:

- ❖ Dependência financeira do Estado;
- ❖ Localização do equipamento social.

RESPOSTAS SOCIAIS A AGUARDAR APROVAÇÃO

REFEITÓRIO SOCIAL

(40 clientes / 20 almoços – 20 jantares)

O serviço de Refeitório Social é uma resposta social que acolhe indivíduos que se encontram em situação de vulnerabilidade social, necessitados de apoio alimentar e sem recursos económicos. Este serviço foi aprovado em setembro de 2010, e até a data continuamos à espera da sua implementação nos nossos serviços.

Objetivos

- ◊ Acolher famílias ou indivíduos que se encontram em situação de vulnerabilidade social e cuja situação seja sinalizada pelo SAS de Almada ou por IPSS que atuem, prioritariamente, na área de intervenção social na freguesia de Laranjeiro Feijó;
- ◊ Promover a participação ativa dos clientes em atividades de animação, no sentido da sua integração social;
- ◊ Proporcionar a melhoria da qualidade dos clientes em situação de pobreza;
- ◊ Assegurar uma dieta alimentar equilibrada;
- ◊ Servir refeições com valor nutritivo correto;
- ◊ Prestar cuidados de higiene pessoal e tratamento de roupas.

Atividades

A valência de Refeitório Social presta um conjunto de serviços que permite aos clientes a satisfação das suas necessidades básicas.

- ◊ Fornecer refeições confeccionadas e seu acompanhamento (almoço e jantar);
- ◊ Higiene pessoal;
- ◊ Tratamento de Roupas;
- ◊ Atividades Lúdicas;
- ◊ Ações de sociabilização;
- ◊ Acolhimento e aconselhamento.

Candidatura ao Serviço de Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário visa assegurar a prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a indivíduos ou famílias que, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou atividades da vida diária. Para tal, são assegurados nesta valência os serviços: alimentação, cuidados de higiene e conforto, tratamento de roupas, higiene habitacional, acompanhamento na realização de tarefas básicas e acompanhamento de administração de medicação.

Nesta valência pretendemos apoiar 30 clientes distribuídos pelas freguesias Laranjeiro/Feijó de segunda-feira a domingo das 8h às 20h.

Candidatura a ERPI - Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Especializada para Demências

O projeto ERPI da ARPILF surge pela vontade de um grupo de associados, que em contacto permanente com o meio social envolvente, constataram a ausência de propostas e ideias para colmatar a vacuidade presente.

Acreditamos na premente necessidade de criar uma resposta social que sirva com dignidade a população sénior, cada vez mais numerosa.

De acordo com a Carta Social de Dezembro de 2018 existem registados no Distrito de Setúbal 142 equipamentos, com resposta social – ERPI; destes equipamentos nenhum é especificamente para a área das demências.

Pretendemos a implantação de uma estrutura multidisciplinar especializada e qualificada para promover resposta á população com doenças, tais como o alzheimer, dando prioridade aos residentes no distrito de Setúbal. Todavia o alargamento será para toda a área metropolitana de Lisboa.

A ARPILF pretende prestar um serviço de qualidade à 3ª idade, num local adequado a este tipo de equipamento social, oferecendo excelentes condições e proporcionando aos seus utilizadores um espaço verdadeiramente acolhedor, com uma construção de raiz.

Pretende-se que seja um projeto caracterizado por uma arquitetura funcional com acompanhamento de 24 horas.

O Lar/ERPI será para uma capacidade de 36 camas, estando todo o espaço adaptado as necessidades dos seus utentes, não só pela prestação de cuidados básicos, mas também através de uma equipa multidisciplinar.

RESPOSTAS SOCIAIS EM FUNCIONAMENTO

Cantina Social

A Cantina Social faz parte do Programa de Emergência Social (PES) e do Protocolo de Cooperação do XIX Governo Constitucional.

A Cantina Social permite garantir aos cidadãos e/ou famílias em maior vulnerabilidade, o acesso a refeições gratuitas.

Para o ano de 2020 pretendemos continuar a dar resposta/apoio na confeção de refeições de acordo com o Centro Distrital de Setúbal.

CENTRO DE CONVÍVIO

(25 clientes)

É uma resposta social, desenvolvida em equipamento de apoio a atividades sócio - recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas pela população sénior.

Este Centro tem sido assumido por todos como um verdadeiro espaço de convívio, que tem contribuído de forma muito significativa no reforço das relações interpessoais e na ocupação dos tempos livres, sendo notório o grau de satisfação existente entre os habituais frequentadores.

Na velhice, todas as pessoas devem ter oportunidades de realização pessoal, nesse sentido importa que as atividades sejam heterogéneas, que promovam o envelhecimento ativo. Assim, será importante que as atividades se desenvolvam em torno de diferentes áreas.

- Promoção da Saúde
- Educação – Formação
- Promoção da Cidadania
- Atividades Ocupacionais
- Lazer

Promoção da Saúde

“Movimento para Todos”

Objetivo:

Pretende-se através do desenvolvimento de diversas iniciativas, contribuir para minimizar e retardar os efeitos negativos decorrentes do processo de envelhecimento, designadamente ao nível da mobilidade/autonomia; dos cuidados a ter com a saúde, a alimentação, entre outras.

Desta forma, pretende-se criar fatores de proteção que contribuam para a melhoria das suas condições de saúde e conseqüentemente para a sua qualidade de vida.

Atividades

- ❖ Execução de exercícios de estímulo motor, intelectual, cognitivo e sensorial;
- ❖ Desenvolver ações de informação pertinentes aos seniores:
 - Alzheimer; hipertensão; doenças cardiovasculares; alimentação; exercício físico; diabetes; osteoporose; reumatismo; etc.

Educação/Formação

“Nunca é Tarde para Aprender”

Objetivo:

Pretende-se essencialmente ampliar os níveis de conhecimento e potenciar as capacidades cognitivas, influenciando de forma positiva na sua auto estima e o desenvolvimento pessoal.

Atividades

- ❖ Alfabetização;
- ❖ Leitura e comentário de trechos de livros e jornais;
- ❖ Contadores de histórias, poemas, notícias comentadas.

Atividades Ocupacionais

“O Ócio é uma Arte ”

Objetivo:

Através de promoção de atividades ocupacionais, pretende-se potenciar as capacidades funcionais, físicas e cognitivas e em simultâneo promover a interação com os outros, reforçando o convívio e os laços sociais.

Atividades

- ❖ Tricot e croché;
- ❖ Costura;
- ❖ Pintura;
- ❖ Bricolage;
- ❖ Criação de um livro de histórias de vida;
- ❖ Realização do Concurso de Doçaria;
- ❖ Jogos de cartas;
- ❖ Jogos de dominó;
- ❖ Jogo da BOCCIA;
- ❖ Loto;
- ❖ Teatro;
- ❖ Musica.

Lazer

“Como é Bom Conhecer!”

Objetivo:

Promover oportunidades de lazer e de conhecimento de locais de interesse histórico-cultural. Estimular as capacidades expressivas dos clientes, bem como estabelecer o intercâmbio cultural entre instituições com deslocação a outros concelhos. Ir ao encontro do gosto dos clientes.

Atividades

- ❖ Visita a vários locais de Portugal;
- ❖ Visita a museus;
- ❖ Semana de lazer;

- ❖ Comemoração de datas festivas: Santos Populares; São Martinho; Festa de Natal; Fim de Ano; etc.
- ❖ Grupos Culturais (Coral, Etnográfico, Teatro, Jograís, Infantil/Escolas).

Promoção da Cidadania

“Cidadania”

Objetivo:

Recentrar o papel da pessoa idosa na sociedade, contribuindo para a promoção da sua cidadania ativa e para uma imagem positiva da “velhice”.

Atividades

- ❖ Criação de um espaço informativo;
- ❖ Parceria com as Universidades Seniores;
- ❖ Edição de Boletim Informativo da Associação para informação das atividades desenvolvidas.

CENTRO DE DIA

(25 clientes)

É uma resposta social desenvolvida em equipamento que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos seniores no seu meio sócio- económico familiar.

Serviços:

- ❖ Pequeno-almoço, almoço, lanche e reforço para a noite;
- ❖ Tratamento de Roupas;
- ❖ Higiene Pessoal;
- ❖ Atividades Lúdicas e Artísticas;
- ❖ Transporte.

Objetivos:

- ✓ Pretendemos contribuir para uma política de qualidade e promoção de serviços de excelência;

- ✓ Promover a melhoria da qualidade de vida dos clientes, estimular a coesão do grupo e a participação pessoal;
- ✓ Trabalhar a componente pessoal e social dos idosos.

Atividades

- ❖ Difusão cultural: incentivar o gosto pela cultura;
- ❖ Atividades artísticas: desenvolver os talentos e as capacidades artísticas e criativas através da sua prática;
- ❖ Atividades Lúdicas: divertimento, lazer e desporto;
- ❖ Atividades Sociais: promover a participação dos seniores em movimentos cívicos e sociais;
- ❖ Desenvolvimento da memória; estimulação intelectual e cognitiva, recorrendo a técnicas psicoterapêuticas;
- ❖ Estimulação da parte sensorial do idoso e motricidade fina com recurso a alguns jogos e técnicas específicas;
- ❖ Criar momentos de Biblioterapia em parceria com a Academia Ramiro Freitas: “De Mãos Dadas com Histórias e Memórias”.

ESTRUTURA ORGÂNICA

A estrutura orgânica é constituída por Órgãos Sociais

- Assembleia-geral, Direção, Conselho Fiscal;
- A Assembleia-geral reúne ordinariamente duas vezes por ano;
- Os Corpos Gerentes reúnem trimestralmente;
- A Direção reúne semanalmente;
- A Direção reúne mensalmente com a presença do Conselho Fiscal;
- O Conselho Fiscal, confere periodicamente, as contas do tesoureiro, a caixa e os depósitos em banco;
- O Conselho Fiscal reúne trimestralmente para inspeção da contabilidade e outros assuntos de interesse da associação;
- A Direção reúne quinzenalmente com a equipa técnica e funcionárias.

ORGANIZAÇÃO E GESTÃO

- ✓ Preenchimento de questionários aos utentes/clientes para avaliar o Grau de Satisfação dos vários serviços existentes na Instituição;
- ✓ Elaborar o PI'S seniores de novos utentes/clientes;
- ✓ Comunicação aos colaboradores sobre os objetivos ao nível do desempenho para o ano 2020; dos colaboradores;
- ✓ Elaborar Candidatura a valência social "Apoio Domiciliário";
- ✓ Elaborar candidatura a valência de lar/ERPI;
- ✓ Promover a formação aos colaboradores tendo em conta as necessidades demonstradas;
- ✓ Promover a imagem da Instituição nas Redes Sociais.

COMUNICAÇÃO E RELAÇÃO COM O EXTERIOR

Objetivos

- Ir ao encontro da população no sentido de uma melhor informação, através das instituições parceiras, para um melhor relacionamento e eficácia nas ações a desenvolver.
- Desenvolver novas parcerias, dentro e fora do concelho;
- Divulgação das atividades realizadas na instituição nas redes sociais/facebook;
- Melhorar a sinalética de acesso à Instituição;
- Publicação de artigos em jornais;

Atividades

- Participação na Rede Social;
- Participação no Concelho Local de Ação Social de Almada;
- Participação no Grupo Concelhio de Idosos;
- Participação no Grupo "RADAR – Rede de Apoio a Idosos Vítimas de Violência";
- Articulação com as Instituições Autárquicas na organização e participação em atividades;
- Articulação com as Instituições de Saúde Locais: Centro de Saúde do Laranjeiro e Hospital Garcia de Orta;
- Articulação com as escolas;
- Articulação com o Agrupamento de Escolas Prof. Ruy Luís Gomes, com alunos a fazer estágio curricular durante o ano letivo 2019/2020;
- Articulação com outras IPSS, Associações e Instituições Locais;
- Articulação com IPSS e Instituições fora do concelho;
- Edição Anual do boletim da Associação;

- Articulação com o Instituto do Emprego e Formação Profissional de Almada;
- Parceria na Comissão Social Inter Freguesias Laranjeiro Feijó do concelho de Almada;
- Colaborar com o Banco Alimentar Contra a Fome – Setúbal;
- Continuar a ser entidade Beneficiária e Mediadora do Programa Comunitário de Ajuda Alimentar a Carenciados;
- Parceria com a Direção- Geral de Reinserção e Serviços Prisionais; Equipa de Setúbal 3.

Articulação com a CNIS (Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade)
 Apoio ao nível da Legislação Laboral das IPSS's , Contratos Coletivos, protocolos de cooperação com o Estado,

Custos das Atividades Socioculturais, Lúdico-Recreativas, de Motricidade e de Estimulação Cognitiva

| Atividades | Objetivos (gerais e específicos) | Custos/Anual |
|--|---|---------------------|
| Jogos Lúdicos (cartas, loto, dominó) | Estimular a ocupação produtiva dos tempos livres. | 20.00€ |
| Semana de Lazer (Estadia + alimentação + transporte) | Promover as relações interpessoais em diferentes zonas do país. | 1250.00€ |
| Comemoração de datas festivas (Dia da Mulher, Magusto, Natal, Passagem de Ano, Reis) | Comemoração de datas festivas para que estas não caiam no esquecimento. | 200.00€ |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Atelier de Música ➤ Atelier de trabalhos Manuais | Incutir aos clientes o gosto pela arte, e promover a motricidade fina. | 100.00€ |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Atelier de Atividade física/motora e estimulação cognitiva | Desenvolver a destreza física e motora aumentar a coordenação de movimentos, através de exercícios adaptados e adequados à necessidade de cada idoso e de cada grupo. Aplicação de jogos com materiais próprios. | 100.00€ |

| | | |
|--|--|-----------------|
| Aniversários Clientes ARPILF | Celebração dos aniversários dos clientes e associados uma vez por mês, com a realização de uma rádio ao vivo, onde são dadas as informações das atividades, assim como a apresentação do grupo convidado ou grupo residente; nesta festa oferecemos uma lembrança a todos os aniversariantes do mês de em questão. | 400.00€ |
| Edição de Boletim Informativo da Associação | Dar informação das atividades desenvolvidas na instituição. | 60.00€ |
| Grupos Culturais (Coral, Etnográfico, Teatro, Jograis, Infantil/Escolas) | Estimular as capacidades expressivas dos clientes, bem como estabelecer o intercâmbio cultural entre instituições com deslocação a outros concelhos. | 80.00€ |
| Construção de um Gigantone e cabeçudos | Estimular as capacidades expressivas e o intercâmbio cultural entre instituições. | 300.00€ |
| Passeios Culturais e Recreativos (quatro por ano) | Promover visitas a locais de interesse público. | 1600.00€ |
| Concurso de Doces Tradicionais | Promover os dotes culinários e artísticos dos clientes da instituição e das instituições parceiras. | 50.00€ |
| Ações de Informação e Sensibilização | Promover ações sobre temas pertinentes e de interesse para os clientes. | 20.00€ |
| Atelier de teatro, jograis e poesia | Estímulo cognitivo. | 80.00€ |
| Enterro do Carnaval 2020 | Estimular a criatividade | 150.00€ |
| | TOTAL | 4.410.00 |

CUSTOS CENTRAIS

| <i>Equipamentos</i> | <i>Designação</i> | <i>Custo</i> |
|---------------------|---|------------------|
| Edição de Livro | 2ª edição do livro sobre os nossos seniores | 500.00€ |
| Ar condicionado | 2º piso | 1.000.00€ |
| Fardas | Para os colaboradores | 50.00€ |
| Teleponto | Teatro | 490.00€ |
| Tablet | Jograis | 200.00€ |
| Escadote | Para fazer trabalhos na Instituição | 200.00€ |
| Berbequim | Para efetuar trabalhos de manutenção na instituição | 160.00€ |
| | TOTAL | 2.600.00€ |

CUSTOS CENTRAIS

| <i>Designação</i> | <i>Custos</i> | <i>Observações</i> |
|--|---------------|--------------------|
| Honorários (Contabilidade, Advogados) | 4643,45€ | Anual |
| Conservação de Instalações e Equipamentos | 426,71€ | Anual |
| Ferramentas e Utensílios de Desgaste Rápido | 120,05€ | Anual |
| Material de Escritório | 152,08€ | Anual |
| Material Didático | 466,51€ | Anual |
| Jornais e Revistas | 000,00€ | Anual |
| Eletricidade | 7031,48€ | Anual |
| Combustível (Gasóleo) | 1464,50€ | Anual |
| Água | 596,61€ | Anual |
| Combustível (Gás) | 848,99€ | Anual |
| Deslocações e Estadas (Passeios utentes, portagens, parqueamentos, etc.) | 11764,55€ | Anual |
| Comunicações | 999,02€ | Anual |
| Seguros Diversos | 1515,52€ | Anual |
| Material de Limpeza | 971,18€ | Anual |
| Outros Fornecimentos (Alarmes, livros técnicos, artigos de oferta, oferta de flores) | 582,04€ | Anual |
| TOTAL | € | |