

Centro Social da Freguesia de Cepos

PLANO DE ATIVIDADES 2019



INDICE

| | |
|--|----|
| PLANO DE ATIVIDADES | 2 |
| I NOTA INTRODUTÓRIA | 2 |
| II EVENTOS..... | 3 |
| Almoço Comemorativo do 19º Aniversário..... | 3 |
| Almoços de Convívio das Efemérides..... | 3 |
| Arraial dos Santos Populares..... | 3 |
| Almoço de convívio de Verão | 4 |
| Magusto de Outono | 4 |
| Festa e almoço de Natal | 4 |
| III FUNCIONAMENTO INTERNO | 5 |
| Controlo sobre as condições de higiene e salubridade das instalações | 5 |
| Avaliação dos serviços prestados | 5 |
| Modernização administrativa e Recursos Humanos..... | 5 |
| Passeios turísticos e visitas com história..... | 8 |
| Atividades socioculturais, de lazer e de ocupação dos tempos livres..... | 9 |
| Diálogo institucional com os organismos públicos e privados de ação social | 10 |
| Melhoria da qualidade de vida..... | 11 |
| Melhoria dos recursos financeiros | 13 |
| Implementação de novas valências | 15 |
| Beneficiação das instalações e aquisição de equipamentos..... | 16 |
| Diálogo institucional com as associações da Freguesia | 17 |
| Formação profissional | 17 |
| Novas instalações | 17 |
| Nota final | 18 |
| Vigência do Plano de Atividades | 18 |

PLANO DE ATIVIDADES

I NOTA INTRODUTÓRIA

No final do quarto e último ano do mandato para que foi eleita, a Direcção do Centro Social da Freguesia de Cepos apresenta o Plano de Actividades para o ano civil de 2019, dando assim cumprimento ao previsto na alínea b) do art.º 36º dos Estatutos da Instituição.

A elaboração do presente Plano foi realizada com base na informação e no conhecimento prático obtido, resultante da experiência durante os últimos anos, dando continuidade a algumas das actividades e acções que se revelaram de interesse para os utentes, sócios desta Instituição e comunidade em geral. Propõe-se também novas iniciativas e medidas a implementar que, em nosso entender, contribuirão para a melhorar a qualidade dos serviços a prestar.

Para além das actividades previstas neste Plano, outras poderão ser levadas a efeito, tendo em vista a optimização e modernização dos actos de gestão a realizar. Na implementação destas acções serão sempre tidos em conta o carácter e objectivos marcadamente sociais por que se rege a Instituição.

Na elaboração do presente documento procurou-se potenciar os objectivos estratégicos e prioritários da Instituição, de forma a garantir um efectivo apoio aos reformados e idosos e promover a sua efectiva ligação à comunidade envolvente, contribuindo também para que possam ter uma vida digna, o mais confortável e saudável possível.

Devemos salientar que as actividades constantes deste Plano, apenas se tornam viáveis com o apoio, disponibilidade, empenho e o espírito de bem servir manifestado por todos os profissionais da Instituição.

Estamos certos de que só a união de todos os sócios, utentes e demais utilizadores dos serviços por nós prestados, permitirá tornar esta Instituição uma realidade para todos e não um sonho só para alguns.

Trabalharemos para que o **Centro Social da Freguesia de Cepos** seja, cada vez mais, a verdadeira Instituição de Solidariedade de que todos precisamos e de que todos nos orgulhamos.

II EVENTOS

Almoço Comemorativo do 20º Aniversário

Este evento para além de comemorar a efeméride, pretende também proporcionar o encontro dos utentes, sócios, não sócios e todos aqueles que se revêm no espírito de solidariedade desta Instituição e a têm apoiado com esforço e dedicação.

Calendarização - Em data a definir oportunamente, durante o mês de Janeiro.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Produtos alimentares e outros, necessários à realização do evento. Meios orgânicos do Centro Social e eventual colaboração voluntária não remunerada.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Almoços de Convívio das Efemérides

Estes eventos a realizar nos dias do pai, mãe e da mulher, tem como objectivos congregar utentes, sócios e não sócios, residentes ou não na freguesia, contribuindo para o estreitar das relações entre as pessoas. Pretendem também garantir uma efectiva ligação dos utentes à comunidade envolvente.

Calendarização – Nos dias oficiais das efemérides ou, caso ocorram fora dos dias de funcionamento normal da instituição, em dias a definir oportunamente.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Produtos alimentares e outros, necessários à realização dos eventos. Meios orgânicos do Centro Social e eventual colaboração voluntária não remunerada.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Arraial dos Santos Populares

A realização deste evento pretende dar continuidade a uma tradição já enraizada na nossa Instituição e nas nossas gentes. Este arraial é sempre um motivo para a reunião e convívio da comunidade residente na freguesia com a que nos visita por esta ocasião.

Fruto da experiência e dos resultados obtidos com a realização destes arraiais em anos anteriores, propõe-se que este evento seja aberto a toda a comunidade envolvente, nomeadamente á população utente dos diversos centros sociais da região com quem mantemos relações de amizade e cooperação.

Calendarização – Durante o mês Junho, previsivelmente a 22 ou 29, a definir oportunamente.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Produtos alimentares e outros, necessários à realização do evento. Possibilidade de actuação de um grupo cultural da região, a definir e contactar oportunamente. Meios orgânicos do Centro Social e eventual colaboração voluntária não remunerada.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Almoço de convívio de Verão

Este evento tem como objectivo juntar utentes, sócios e não sócios, residentes ou não na freguesia, no país ou no estrangeiro, contribuindo para o estreitar das relações entre as pessoas. Pretende-se também garantir uma efectiva ligação dos utentes à comunidade envolvente.

Calendarização - Em data a definir oportunamente durante o mês de agosto.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Produtos alimentares e outros, necessários à realização do evento. Meios orgânicos do Centro Social e eventual colaboração voluntária não remunerada.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Magusto de Outono

Este evento é já uma referência nas actividades do Centro, manter-se-á com o figurino dos anos anteriores.

Permite o são convívio entre os Cepenses que se encontram espalhados pelas mais diversas regiões do país, e que nesta época nos visitam.

Fruto da experiência e dos resultados obtidos com a realização dos magustos em anos anteriores, propõe-se que este evento seja aberto a toda a comunidade envolvente, nomeadamente á população utente dos diversos centros sociais da região com quem mantemos relações de amizade e cooperação.

Calendarização - Próximo do feriado de Todos-os-Santos, previsivelmente em 2 de Novembro, a confirmar oportunamente.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Produtos alimentares e outros, necessários à realização do evento.

Possibilidade de actuação de um grupo cultural da região, a definir e contactar oportunamente. Meios orgânicos do Centro Social e, eventualmente pessoal voluntário não remunerado.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Festa e almoço de Natal

Estes eventos para além de comemorarem a efeméride pretendem também proporcionar o encontro dos utentes, sócios e não sócios e todos aqueles que se revêm e comungam do espírito de solidariedade vivido na Instituição. A festa de natal decorrerá, como é já tradição nas instalações da instituição, enquanto o almoço terá lugar em local a definir, preferencialmente localizado a meio do caminho entre Cepos e a cidade de Lisboa, por forma a permitir a presença da vasta comunidade Cepense que reside nesta cidade.

Pretende-se também criar um ambiente que permita a vivência e partilha colectiva mais profunda da quadra natalícia.

Calendarização - Em datas próximas do Natal. Previsivelmente no sábado anterior no caso da festa, e o almoço num dos fins de semana de Dezembro conforme é usual.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Produtos alimentares e outros, necessários à realização de eventos desta natureza. Possibilidade de actuação de um grupo cultural da região, a definir e contactar oportunamente. Meios

orgânicos do Centro Social e voluntários não remunerados, no caso da festa e recurso a um estabelecimento hoteleiro para a realização do almoço.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

III FUNCIONAMENTO INTERNO

Controlo sobre as condições de higiene e salubridade das instalações

Propomo-nos continuar a levar a efeito periodicamente ou, sempre que se justificar, um inquérito às condições existentes nas instalações, para determinar o grau de higiene e salubridade em que estas se encontram.

Os resultados obtidos são uma ferramenta de elevado potencial no apoio à decisão, tendo em vista a manutenção das instalações e equipamentos em níveis que garantam padrões de higiene compatíveis com o fim a que se destinam.

Calendarização - Semestral ou, sempre que se julgar necessário.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios. Serão realizados por equipas de 3 pessoas, externas ao centro, de modo a garantir a idoneidade dos resultados obtidos.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito das alínea c), conjugada com a f) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - A sua execução não representa custos para a Instituição.

Avaliação dos serviços prestados

Propomo-nos a levar a efeito consulta aos utentes sobre as condições e grau de qualidade dos serviços prestados.

Os resultados desta consulta interna serão analisados e trabalhados, permitindo saber com detalhe o grau de satisfação e/ou insatisfação dos utilizadores dos serviços prestados. Será garantida a confidencialidade do conteúdo e dos dados obtidos. Os resultados obtidos permitirão corrigir as anomalias e potenciar os melhores indicadores.

Calendarização - Semestral

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios, Direcção Técnica da instituição com supervisão da Direcção.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - A sua execução não representa custos para a Instituição.

Modernização administrativa e Recursos Humanos

Modernização Administrativa

As medidas a implementar nesta área visam, mais uma vez, melhorar a optimização dos recursos materiais, humanos e financeiros da Instituição, tendo em vista não só economias de escala, mas também, melhorar a qualidade e quantidade dos serviços prestados.

Entre as medidas prioritárias na área da contenção de custos procuraremos, privilegiar o contacto com os sócios através da Internet, sempre que os mesmos se encontrem dotados deste meio e manifestem este desejo.

Procuraremos manter e melhorar a contabilidade analítica, racionalizando a gestão de custos e receitas e otimizando a utilização dos recursos disponíveis.

Calendarização - Ao longo do ano civil de 2019 e, sempre que se justificar.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - A sua execução não representa custos para a Instituição.

Recursos humanos

Para o ano de 2019, caso se verifiquem os atuais índices de utilização por parte dos utentes nas valências Centro de Dia e Apoio Domiciliário, propomos a contratação de 1 funcionário(a). Esta medida justifica-se pela necessidade de garantir numa base sustentada o nível de qualidade dos serviços prestados aos nossos utentes, satisfazendo também, a recomendação do Instituto da Segurança Social sobre esta matéria.

Procuraremos ainda implementar, em associação com a Junta de Freguesia, a repartição dos apoios administrativo e técnico, à semelhança do que já foi feito em anos anteriores.

Calendarização - Ao longo do ano civil de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios e, no caso da funcionária a contratar, recorrendo por recurso ao Instituto do Emprego e Formação Profissional.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea d) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os meios financeiros a afectar encontram-se inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Gestão de sócios

O tratamento e a gestão dos dados referentes aos nossos associados manter-se-á através da utilização da aplicação informática desenvolvida, a qual será potenciada e ampliada nas suas possibilidades.

Procuraremos sensibilizar os associados com eventuais quotizações vencidas para procederem á sua liquidação e regularização.

Calendarização - Ao longo do ano civil de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Os existentes no Centro de Dia.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 35º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Não representa custos para a Instituição.

Medicina no trabalho

A legislação laboral em vigor, impõe o dever da entidade patronal proporcionar medicina no trabalho aos seus funcionários. Neste sentido, manteremos o recurso ao apoio da entidade credenciada neste sector com quem estabelecemos o acordo actualmente em vigor.

Calendarização - Ao longo do ano civil de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: A disponibilizar pela entidade, externa à instituição, adjudicatária da prestação de serviços.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea f) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Sistema de controlo HACCP no sector alimentar da Instituição

Segundo os Dec. Lei 67/98 de 18 de março, 445/99 de 21 de Outubro e, mais recentemente em 1 de Janeiro de 2006, com a entrada em vigor do Regulamento 852/2004, torna-se obrigatório a implementação em todas as unidades do sector alimentar, do sistema de controlo de HACCP (Hazard Analysis Critical Control Point), ou seja, análise de pontos críticos de controlo, nas áreas de produção, transformação e distribuição.

A responsabilidade primária pela higiene e segurança dos alimentos é das empresas, no nosso caso da Instituição (alínea 2 do art.º 3º, do Dec. Lei 67/98), devendo as mesmas identificar todas as fases das suas actividades determinantes para garantir a segurança dos alimentos e velar pela criação, aplicação, actualização e cumprimento de procedimentos de segurança adequados, com base nos princípios do sistema de análise de perigos e controlo dos pontos críticos.

Nunca será demais de lembrar que os nossos utentes são considerados grupos de risco, pois, em matéria de doenças alimentares, crianças, jovens e idosos são aqueles que estão mais expostos e vulneráveis. Face ao anteriormente exposto, devemos por isso, manter a implementação das medidas que garantam a saúde do grupo em que nos inserimos.

Propomos manter o recurso ao apoio da entidade credenciada neste sector e com quem estabelecemos o acordo actualmente em vigor tendo em vista a prestação de um serviço de monitorização e controlo primário da higiene e segurança dos alimentos servidos na Instituição.

O trabalho a desenvolver pela entidade contratada destina-se a garantir:

- Análise do estado da Instituição ao nível das Instalações, equipamentos, pessoal e procedimentos, segundo as orientações do CODEX ALIMENTARIUS;
- Solicitar aos nossos fornecedores de carne, peixe, ovos e transformados, sua licença industrial de laboração, nº de controlo veterinário, declaração de implementação HACCP, plano de controlo analítico e provas da sua realização e plano de desinfestação e provas da sua realização;
- Implementar o registo de recepção de matérias-primas, particularmente de produtos refrigerados, congelados e alimentos perecíveis frescos;
- Implementar o registo de temperaturas dos equipamentos de frio;
- Estabelecer plano diário de amostras testemunha dos pratos servidos;
- Elaborar plano de higiene, definindo áreas a higienizar, frequência de higienização, produtos usados, dosagens, métodos de higienização e cuidados a ter;

- Solicitar aos fornecedores fichas técnicas homologadas;
- Identificar as áreas de manipulação dos diferentes grupos de alimentos na cozinha com sinalética apropriada;
- Criar instruções de limpeza para áreas e equipamentos;
- Organizar o processo de manipulação e transformação de produtos;
- Definir e aplicar um controle de todo o processo de produção de refeições, baseado na metodologia HACCP;
- Participar na organização de toda a documentação de apoio ao sistema, bem como proporcionar a sua implementação, validação e actualização;
- Analisar, aplicar e actualizar o cumprimento de procedimentos de segurança adequados;
- Identificar as fases das operações em que possam existir perigos alimentares e definir pontos críticos a controlar;
- Proporcionar actualização da formação em higiene e segurança alimentar aos funcionários da Instituição.

Calendarização - A executar com uma periodicidade mensal e sempre que se justifique.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: A disponibilizar pela entidade, externa à Instituição, adjudicatária da prestação de serviços. A disponibilizar pela entidade, externa à Instituição, adjudicatária da prestação de serviços.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea f) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Intercâmbio com os utentes que habitam nos lugares servidos pela instituição

Ao longo do nosso mandato apercebemo-nos da necessidade de estreitar e aprofundar os laços que nos ligam aos utentes e restantes habitantes da aldeia de Casal Novo, Teixeira, Relvas, Porto Castanheiro, Ribeiro, Água D'Alte, Caratão, Malhada e Cavaleiros de Cima. Tendo em vista melhorar o que atrás foi referido propomo-nos manter o procedimento adoptado durante os anos anteriores;

- Uma vez por mês transportar até aos Cepos, os utentes do Casal Novo e dos lugares das freguesias do Colmeal e da união de freguesias de Cepos e Teixeira, de modo a tomarem uma refeição em conjunto e convivam com os restantes utentes da Instituição;
- Sempre que as condições atmosféricas o permitam, nomeadamente no verão, transportar os utentes de Cepos até o Casal Novo, para que tomem a refeição em conjunto e convivam com os utentes oriundos da aldeia.

Calendarização - Ao longo do ano civil de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º conjugado com o art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - A sua execução não representa custos para a Instituição.

Passeios turísticos e visitas com história

Passeios turísticos

A realização de passeios turísticos permite melhorar o conhecimento sobre a geografia, história, monumentos e modo de vida das populações e regiões visitadas, daí a natural satisfação que constatámos junto dos frequentadores dos passeios aquando da sua realização.

Conhecedores deste facto, propomos levar a efeito uma a duas viagens ao longo do ano. As regiões e destinos a visitar serão definidos oportunamente.

Calendarização - As viagens ocorrerão na primavera e princípio do Outono em datas a determinar oportunamente.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Autocarros de transporte colectivo a contratar a empresas da especialidade.

O almoço será confeccionado e distribuído pelas profissionais do Centro ou recorrendo a um estabelecimento hoteleiro da região visitada.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Visitas com história

A realização destas visitas permite melhorar o conhecimento sobre a história e as particularidades dos locais visitados, permitindo aumentar a cultura geral dos participantes nas iniciativas. Os locais a visitar serão definidos oportunamente.

Calendarização - A realizar sempre que se justifiquem ou que surja uma oportunidade.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Viaturas de transporte colectivo, orgânicas da instituição ou eventualmente a ceder pela Câmara Municipal e/ou Santa Casa da Misericórdia de Arganil e meios orgânicos do Centro.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Atividades socioculturais, de lazer e de ocupação dos tempos livres

No âmbito desta rubrica a Direcção irá procurar diversificar as actividades, procurando nas agendas culturais dos concelhos limítrofes realizações de espectáculos de teatro/revista, cinema, concertos ou outras, que se enquadrem nos interesses dos utentes/associados e nos recursos disponíveis. Com este objectivo a Direcção solicita eventuais sugestões a todos os utentes e associados.

Conversas à lareira

Com base na leitura dos jornais, revistas e livros existentes na biblioteca Abel Gonçalves de Almeida, a técnica de serviço social promoverá diálogos com os utentes sobre assuntos julgados pertinentes sobre a actualidade ou o passado.

Calendarização - Ao longo de todo o ano, com maior incidência no Inverno.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Livros, CD`s e revistas da biblioteca. Técnica Superior de Segurança Social.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Não representa custos para a Instituição.

Passeios pedestres

Embora em anos anteriores a aderência a esta iniciativa se tenha revelado insuficiente para a sua realização, vamos voltar a apostar nela uma vez que, o exercício físico funciona como um estímulo físico e intelectual que permite romper com o isolamento (particularmente sensível no Inverno) gerador de doenças e perturbações psíquicas.

Serão programados passeios pelo interior da aldeia e sua periferia, onde se procurará conjugar o exercício físico com momentos de conversação e de análise do meio envolvente.

Calendarização - Ao longo das estações da primavera, verão e início do Outono.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Géneros alimentares (lanche). Técnica de serviço social.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos da Instituição.

Enquadramento financeiro - Não representa custos para a Instituição.

Trabalhos manuais

Esta iniciativa visa a ocupação dos tempos livres de um modo activo e dinâmico, contribuindo ainda para a melhoria das relações interpessoais fomentando o espírito de grupo.

A Direcção pretende promover nos diversos eventos, mostras dos trabalhos dos utentes, dos associados e de todos os que desejarem colaborar. A receita da venda dos produtos reverterá para a construção das novas instalações.

Calendarização - Ao longo de todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios e intervenção de voluntários.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Não representa custos para a Instituição.

Comemoração da data de aniversário dos utentes

Pretende-se com a realização destes eventos, para além da comemoração da data de aniversário dos nossos utentes, proporcionar também um momento de encontro e convívio mais frequente entre eles, contribuindo ainda de modo concreto e objectivo para que se sintam menos isolados, aspecto este particularmente sensível no inverno.

Esta iniciativa motiva-os e faz com que, nos dias da realização dos eventos, permaneçam durante mais tempo nas instalações, aspecto particularmente importante para uma equipa que tudo tem feito para os motivar a permanecerem mais tempo e a participar nos trabalhos e iniciativas.

Calendarização - Com periodicidade mensal, a levar a efeito ao longo do ano civil de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Produtos alimentares e outros, necessários à realização do evento.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos. Meios orgânicos do Centro Social e, eventualmente pessoal voluntário não remunerado.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Diálogo institucional com os organismos públicos e privados de acção social

Continuaremos a participar em todas as reuniões, para as quais formos solicitados ou promovermos, com os parceiros sociais, no âmbito da Rede Local.

A nossa participação nestas iniciativas visa encontrar soluções conjuntas para a resolução dos problemas que se colocam às instituições e aos utentes.

O Centro, propõe-se a dar continuidade às parcerias estabelecidas com os projectos concelhios existentes, nomeadamente, o CLDS – 3G (Contratos Locais de Desenvolvimento Social) –Arganil + Inclusiva, assim como estabelecer novas parcerias que sejam pertinentes, para o desenvolvimento das respostas sociais da IPSS.

Procuraremos manter a nossa participação activa, no âmbito da Rede Social, do concelho de Arganil, no Núcleo Local de Inserção Social (NLI) e na Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Arganil (CPCJ).

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Viatura de transporte. Técnica de Serviço Social e Direcção.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea f) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Não representa custos adicionais para a Instituição.

Intercâmbio com outras Instituições (IPSS) do Concelho

Esta actividade possibilita a troca de vivências e experiências de vida entre os utentes das diversas instituições e, muitas vezes, rever velhas amizades.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Viaturas de transporte colectivo, orgânicas da instituição ou a ceder pela Câmara Municipal e/ou Santa Casa da Misericórdia de Arganil. Meios orgânicos do Centro.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º conjugado com o art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Relacionamento com as associações periféricas

Procuraremos manter um relacionamento franco e aberto com as instituições periféricas, quer no sentido de conhecer as suas experiências e aproveitar as suas possibilidades excedentárias, também no sentido de partilha de experiências e serviços prestados.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: A quantificar e determinar caso a caso. Recursos próprios.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea h) do art.º 3º conjugado com o art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Não representa custos para a Instituição.

Melhoria da qualidade de vida

Atentos aos problemas que envolvem a população, a Direcção, a Técnica de Serviço Social e os outros profissionais, permanecerão atentos aos problemas de ordem pessoal, familiar e social que a afectam.

As acções e iniciativas a levar a efeito nesta área terão sempre em conta os objectivos marcadamente sociais por que se rege a Instituição. Neste âmbito disponibilizamos os seguintes apoios e serviços:

Cuidados primários de saúde

A localização da nossa aldeia, a distância a que nos situamos do centro de saúde mais próximo, bem como as limitações impostas muitas vezes pelas condições atmosféricas, leva a que se torne necessário proporcionar aos utentes um serviço capaz de prestar localmente cuidados básicos de saúde.

De entre estes cuidados salienta-se a realização de pequenos pensos, o acompanhamento dos utentes e sócios no cumprimento do tratamento médico-medicamentoso prescrito e o contacto com os serviços de saúde.

O apoio descrito justifica-se ainda mais, atendendo às carências e limitações da nossa população, à sua elevada média de idades, nalguns casos ao desconhecimento dos cuidados a ter e, ainda a necessidade que muitos deles sentem em serem acompanhados. Face ao exposto, propomo-nos continuar a manter este apoio aos utentes que o solicitarem, identificar potenciais necessidades e mobilizar os recursos disponíveis para apoio efectivo.

Calendarização - Ao longo do ano de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito do art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - A sua execução não representa custos acrescidos para a Instituição.

Apoio na área da saúde

A satisfação das necessidades básicas, entre elas o bem-estar psicológico e o apoio de proximidade na área da saúde, representa para as populações uma influência positiva na sua qualidade de vida.

Manteremos a colaboração com parceiros para garantir a prestação destes serviços aos utentes e associados.

Assim, estabelecemos uma parceria com uma equipa de profissionais, do Contrato Local de Desenvolvimento Social 3G – Arganil + Inclusiva e da Unidade de Cuidados à Comunidade (UCC) do Centro de Saúde de Arganil, que se desloca á nossa instituição, sempre que necessário, procedendo ao acompanhamento nas áreas de enfermagem aos nossos utentes e associados.

Calendarização - Ao longo do ano civil de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: equipa multidisciplinar, composta por profissionais do projeto CLDS 3G (Contratos Locais de Desenvolvimento Social) –Arganil + Inclusiva e da Unidade de Cuidados à Comunidade (UCC) do Centro de Saúde de Arganil.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito do art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - A sua execução não representa custos acrescidos para a Instituição.

Aulas de ginástica

A ginástica é importante na garantia da qualidade de vida dos que a praticam. Manteremos a colaboração com parceiros para garantir a prestação deste serviço aos utentes e associados.

A convite da Divisão de Desporto da Câmara Municipal de Arganil, á semelhança dos anos anteriores, propomo-nos participar no projeto de ginástica para a 3ª idade, que prevê implementar um programa específico de exercício visando diferentes componentes da condição física funcional dos idosos, cujas aulas decorrem em instalações a disponibilizar pela autarquia, na vila de Arganil.

No sentido de garantir a presença dos aderentes asseguraremos gratuitamente a deslocação acompanhada.

Calendarização - Ao longo do ano de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º conjugada com o art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Acesso á biblioteca

A importância que a leitura tem para a sociedade em que vivemos contribui para novas aprendizagens, ocupação de tempos livres e valorização pessoal, ao nível de todas as faixas etárias.

Assim procuramos encontrar parceiros que nos ajudem a ultrapassar esta lacuna nos serviços disponibilizados aos nossos utentes e associados.

A biblioteca Municipal Miguel Torga disponibiliza o suporte para esta iniciativa, visitando-nos mensalmente com a sua biblioteca itinerante, disponibilizando gratuitamente a utentes, sócios e não sócios o seu valioso espólio, permitindo deste modo o acesso a obras que muitas vezes não seria possível, dados os custos das mesmas e a dificuldade em as obter nas livrarias da região.

Calendarização - Ao longo do ano civil de 2019.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: os disponibilizados pela biblioteca Miguel Torga.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - A sua execução não representa custos para a Instituição.

Melhoria dos recursos financeiros

Campanha de angariação de novos associados

Para que possamos promover, criar, e levar a efeito todos os objectivos enunciados, torna-se necessário envolver, não só a comunidade Cepense, mas também a comunidade da área servida pela nossa instituição. Conhecedores das potencialidades dessa mesma comunidade e, face à reduzida proporção entre as pessoas naturais ou ligadas a Cepos e o número de associados, julgamos ser o momento adequado para chamarmos até nós, todos aqueles que embora partilhem connosco os mesmos anseios ainda não o fizeram.

Propomo-nos dar continuidade à campanha realizada durante o corrente ano, levando a efeito uma nova campanha de angariação de sócios junto da nossa comunidade. A campanha será realizada tendo em atenção três objectivos concretos:

- Procurar que todos os residentes na freguesia se tornem associados;
- Manter, pelo menos, a meta de 375 associados.
- Cativar pessoas naturais ou ligadas a Cepos e à área servida, residentes no país ou no estrangeiro.
- Procurar captar sócios institucionais (Empresas, organizações, etc.).

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Recursos próprios.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Doação de verbas do IRS por parte dos associados

Em sede de Imposto sobre o Rendimento de Pessoas Singulares (IRS) é possível, à luz da actual legislação em vigor - Lei nº 91/2009 de 31 de agosto, os contribuintes podem indicar na declaração de rendimentos anual, da vontade de doar parte do imposto sobre o rendimento (0.5%) devido ao Estado, a instituições particulares de solidariedade social (IPSS). A Direcção vai manter a divulgação desta possibilidade junto dos associados.

Calendarização – A definida pelo Ministério das Finanças.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: humanos a cargo da Direcção.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) conjugada com a alínea f) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Sorteios

Os sorteios representam já uma tradição na nossa instituição, traduzindo-se na obtenção de receitas extraordinárias e baixos custos de operação. Propomo-nos realizar alguns sorteios de que destacamos:

- Sorteio de um cabaz de Natal, guarnecido com produtos oferecidos pela comunidade;
- Sorteio de um cabaz por altura da Páscoa, guarnecido com produtos oferecidos pela comunidade;
- Eventuais sorteios de artesanato realizado no âmbito das nossas actividades de ocupação de tempos livres;
- Outros sorteios que se julguem adequados aos fins em vista.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: humanos a cargo da Direcção.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 35º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Participação em actividades e eventos a levar a efeito na região

Por diversas vezes a Instituição tem sido chamada, autonomamente ou em parceria, a participar em eventos culturais e recreativos realizados na nossa região. A nossa participação tem representado uma mais valia cultural, recreativa, humana e social para a comunidade, levando a que grande parte da população Cepense a ela se associe. A nossa presença tem permitido também, sob o ponto de vista material, a obtenção de receitas extraordinárias com reduzidos custos de operação. Propomo-nos participar nos eventos que se venham a realizar na nossa região, que destacamos:

- Participação na 143ª edição da Feira das Freguesias, a realizar em Arganil, promovida pela casa da Comarca de Arganil em parceria com a Câmara Municipal de Arganil, Junta de Freguesia de Cepos e Teixeira ou outra entidade promotora;
- Eventualmente outras que se julguem oportunas e garantam valor acrescentado para a Instituição, quer sob o ponto de vista de experiência de vivência cultural, recreativa, humana e social, quer financeiro.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: A quantificar e determinar caso a caso. Meios orgânicos do Centro Social e, eventualmente colaboração voluntária não remunerada.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 3º conjugado com o art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Peditórios para angariação de fundos

Propomos a realização de peditórios junto da comunidade Cepense, amigos da Instituição e forças vivas da região, no sentido de nos ajudarem a resolver e ultrapassar situações concretas de carência de meios ou equipamentos que se mostrem essenciais ao desempenho da função social reservada à Instituição.

Julgamos ser o momento adequado para chamarmos até nós, e conosco participarem, no esforço de proporcionar melhores condições aos utentes e sócios da Instituição, todos aqueles que ainda não o fizeram.

Pretende-se levar a efeito, um peditório, com a finalidade de fazer face às despesas a realizar com as obras de remodelação das atuais instalações.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: humanos a cargo da Direcção.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 35º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Implementação de novas valências

Centro de Noite ou Residência Assistida

Como é do conhecimento geral o Centro Social tem como objectivos prioritários apoiar permanentemente os reformados e idosos e promover a sua ligação efectiva à comunidade envolvente. Este apoio traduz-se na prática em resolver situações de carência social, em particular de pessoas idosas, em situação de risco ou de perda de independência por período temporário ou permanente, contribuindo para que tenham uma vida digna, confortável e saudável.

Hoje a nossa realidade social apresenta-nos uma população envelhecida e com problemas de saúde à qual urge dar respostas urgentes de carácter social, tendentes a evitar a desertificação da nossa terra e o desenraizamento das pessoas que necessitam de apoio.

Propomos encontrar solução através da implementação de um centro de noite ou residência assistida.

A implementação desta valência será sempre precedida pela negociação e articulação com as entidades competentes, nomeadamente com o Centro Regional de Segurança Social.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: materiais a quantificar e a determinar, a cargo da Direcção e dos meios orgânicos do Centro de Dia.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito do art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - As intervenções a efectuar nas instalações a ceder, implicam dispêndio de verbas não previstas neste orçamento. Caso seja possível levar a efeito esta intervenção, durante o ano de 2019, propõe-se esta Direcção levar à aprovação da Assembleia Geral um orçamento rectificativo.

Beneficiação das instalações e aquisição de equipamentos

Remodelação das instalações da valência centro de dia

As atuais instalações, foram dimensionadas e projectadas em 1997 para efectivos da ordem dos 50 utentes, 35 na valência Centro de Dia e 15 em Apoio Domiciliário, sendo que as mesmas já na altura foram aprovadas e aceites condicionalmente pelo Centro Regional de Segurança Social, dado pontualmente não respeitarem as normas em vigor para este tipo de equipamento.

O Centro Regional de Segurança Social tem vindo a solicitar a realização de um conjunto de alterações a levar a efeito nas instalações de modo a garantir a plenitude dos requisitos e normas previstas para este tipo de equipamento social.

Assim, face ao exposto, propomos proceder à ampliação da sala da valência centro de dia, aproveitando o espaço devoluto na envolvente do volume edificado da antiga escola primária. Com o aumento da área de construção, para além de melhorar significativamente a capacidade e as condições oferecidas na sala de estar, consegue-se também dotar a instituição de um gabinete de trabalho para o técnico de segurança social e proceder á separação das atuais instalações sanitárias, conseguindo espaços autónomos para homens e senhoras, requisitos estes essenciais para garantir a plena aprovação por parte das entidades credenciadas para o efeito, nomeadamente da segurança social.

Os trabalhos agora propostos já se encontravam previstos em planos anteriores, nomeadamente nos aprovados para os anos de 2011 a 2018 e para o corrente ano de 2019, no entanto a Direcção, em função da estratégia orçamental e da contenção de custos seguida, entendeu mais uma vez adiar a sua execução.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: a determinar e a realizar por empreitada externa ao Centro de Dia.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito do art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os meios financeiros a afectar a esta intervenção encontram-se inscritos na rubrica Investimentos do orçamento e, foram determinados mediante a realização de uma estimativa de custos a preços actuais, baseada na natureza dos trabalhos a levar a efeito.

Instalação de sistema de produção de energia solar

Através de um contrato de parceria com a EDP, propomo-nos proceder à montagem de um sistema de produção de energia eléctrica para autoconsumo, constituído por 6 painéis solares com 250W cada, totalizando 1500 W de potência instalada.

Esta solução garante-nos uma redução de 15 % nos custos da nossa factura energética, estimando-se que no 1º ano a poupança seja de 451.00 € e nos seguintes atinja um ganho médio de cerca de 656.00 € / ano.

Do ponto de vista técnico garante-nos 89% de autoconsumo, injectando na rede da concessionária o remanescente de 11% da energia produzida, sendo que a energia consumida nas instalações é proveniente em 17% do sistema instalado e os restantes 83% da rede de abastecimento.

Do ponto de vista ambiental o sistema que nos propomos instalar, reduz as emissões de CO2 em 477 kg/ano, correspondendo a 48 árvores com absorção do CO 2 equivalente.

Os trabalhos agora propostos já se encontravam previstos no plano aprovado para o corrente ano, no entanto a Direcção, em função da estratégia orçamental seguida, entendeu adiar a sua execução.

Calendarização - Durante o ano civil de 2019.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) conjugada com a alínea f) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Diálogo institucional com as associações da Freguesia

Para que possamos promover, criar e levar a efeito todos os objectivos enunciados neste plano, torna-se necessário envolver toda a comunidade Cepense. Nesse sentido propomo-nos dialogar com todas as forças vivas da freguesia bem como com o poder autárquico, no sentido de as sensibilizarmos para as nossas necessidades e, em conjunto e de forma coordenada concretizarmos os nossos objectivos.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: a cargo dos membros da Direcção.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea f) do art.º 36º dos Estatutos da Instituição.

Enquadramento financeiro - Não representa custos para a Instituição, nem foram estimadas receitas.

Formação profissional

A legislação laboral em vigor, impõe o dever da entidade patronal proporcionar formação profissional aos seus trabalhadores. Neste sentido, propomos disponibilizar a todos os funcionários formação adequada às funções que desempenham. Continuamos a dar prioridade à formação na área da segurança e higiene alimentar. Serão ministrados a todos os funcionários os cursos que a Direcção julgar adequados em cada momento face às solicitações do serviço nomeadamente sobre nutrição e dietética. Será ainda melhorada a formação sobre acolhimento, gestão de conflitos e trabalho em equipa a todos os profissionais.

Após a aprovação do Plano de Emergência das instalações será dada formação específica na área de combate a incêndios e evacuação de trabalhadores e utentes aos funcionários.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: Viaturas de transporte, orgânicas do Centro de Dia. Meios orgânicos do Centro de Dia.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea f) do art.º 36º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Novas instalações

Lar de Idosos

Após aprovação, em Assembleia-geral, da localização definitiva das novas instalações do Centro Social, e necessariamente do futuro Lar de Idosos, a Direcção, mandatada pela mesma, encetou contactos com os proprietários dos terrenos e imóveis conducentes á sua aquisição. Num passado recente procedeu-se à aquisição de um dos

imóveis existentes no local de implantação das futuras instalações, tendo-se realizado a escritura de compra e venda e os consequentes actos de registo na Conservatória do Registo Predial de Arganil e na Repartição de Finanças. Para que a Instituição disponha da totalidade do terreno necessário para a implantação das novas instalações falta adquirir um prédio urbano pertencente aos herdeiros de Manuel Duarte.

A Direcção esperava concluir as negociações inicialmente ainda em 2010 e proceder de imediato à realização da escritura pública de aquisição e ato administrativo subsequente. Tal não foi possível devido a impedimentos legais e burocráticos que se supunha poder ultrapassar desde então. Questões diversas, nomeadamente a inexistência de registo cadastral actualizado do prédio urbano anteriormente referido, e a ausência de um correto processo de habilitação de herdeiros de alguns dos intervenientes impediram a sua concretização.

Ultrapassada esta fase a Direcção propõe-se dar início de imediato à execução do projeto de arquitectura.

Calendarização - Durante todo o ano.

Recursos Materiais e Humanos a afectar: A quantificar e determinar, a cargo dos membros da Direcção.

Enquadramento regulamentar - Insere-se no âmbito da alínea c) do art.º 35º conjugado com o art.º 2º dos Estatutos.

Enquadramento financeiro - Os recursos financeiros necessários estão inscritos nas rubricas adequadas do orçamento.

Nota final

Continuaremos a trabalhar no sentido de vir a obter o financiamento para a construção das instalações condignas e definitivas, por que todos ansiamos, para o Centro Social da Freguesia de Cepos.

Como é do conhecimento geral a situação económica do país não é a melhor, sabendo que infelizmente as populações dos concelhos mais isolados e pobres continuam a não ser acompanhadas e apoiadas como seria desejável. Não deixaremos de acreditar e lutar pelo financiamento e realização de um projeto que já se encontra superiormente aprovado e é, em nosso entender, da maior importância social e estratégica face ao envelhecimento da nossa população, evitando assim o desenraizamento das pessoas e a desertificação da nossa terra.

Aguardamos com expectativa as alterações decorrentes da reorganização administrativa do território levadas a efeito, mais concretamente da recente unificação dos territórios das antigas freguesias de Cepos e Teixeira. Embora o Centro já preste assistência a utentes da extinta freguesia da Teixeira, estaremos atentos e disponíveis para responder aos novos desafios que se venham a colocar, no âmbito de actuação do Centro, para responder às reais necessidades das populações.

Vigência do Plano de Actividades

O presente Plano, após aprovação em Assembleia-geral, vigorará no ano civil de 2019.

Discutido, votado e aprovado em reunião da Direcção de 1 de Dezembro de 2018.

Envie-se ao Exmo. Presidente do Concelho Fiscal para que o órgão a que preside, proceda á sua análise e emita o parecer julgado por conveniente.

Envie-se ao Exmo. Presidente da Mesa da Assembleia-Geral, para que este o sujeite ao veredicto da mesma.

Cepos, 1 de Dezembro de 2018

A Direcção