



Handwritten signature and initials in the top right corner, including the word 'Hebr' and a stylized signature.

# Plano de Atividades 2021



Centro Social e Polivalente de Ourense  
Rua Frei Manuel dos Santos, n.º 37 3060-459 Ourense  
Tel. /Fax. 231 416 085 Contr. N.º 503 559 970  
E-mail: [geral@cspo.pt](mailto:geral@cspo.pt)



Handwritten signature and initials in the top right corner.

# Índice

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Introdução.....                                                  | 3  |
| 2. Recursos Humanos.....                                            | 4  |
| 3. Recursos Físicos.....                                            | 8  |
| 4. Acordos e Parcerias.....                                         | 9  |
| 5. Atividades a Implementar.....                                    | 12 |
| ➤ Serviço de Apoio Domiciliário (S.A.D.).....                       | 12 |
| ➤ Centro de Dia (C.D.).....                                         | 13 |
| ➤ Centro de Atividades de Tempos Livres (C.A.T.L.).....             | 18 |
| ➤ Creche.....                                                       | 19 |
| ➤ Atividades Recreativas (Infância e Terceira Idade).....           | 22 |
| ➤ Atividades Sociais.....                                           | 23 |
| ➤ Gabinete de Apoio Social (G.A.S.).....                            | 23 |
| ➤ Gabinete de Apoio Médico (G.A.M.).....                            | 25 |
| ➤ Gabinete de Apoio a Atividades de Tempos Livres (G.A.A.T.L.)..... | 25 |
| ➤ Gabinete Bebê Solidário.....                                      | 26 |
| ➤ Fornecimento de Refeições.....                                    | 26 |
| 6. Organização dos Serviços.....                                    | 27 |
| 7. Sustentabilidade da I.P.S.S.....                                 | 28 |
| 8. Investimentos previstos.....                                     | 29 |



Handwritten signature and initials, including 'Hee' and 'DM'.

## 1. Introdução

O CSPO é uma associação que tem como objetivos estatutários promover ações de solidariedade social, nomeadamente desenvolvendo atividades de apoio à infância e juventude, família, comunidade e população activa, aos idosos e deficientes, bem como secundariamente desenvolver a promoção cultural, desportiva e recreativa dos associados, o convívio social, a proteção da natureza e defesa do meio ambiente, a cooperação com outros organismos oficiais e particulares, e o seu âmbito de ação abrange a freguesia de Ourense, bem como todas as populações limítrofes desta freguesia.

A sua sede localiza-se na Rua Frei Manuel dos Santos, num edifício que resultou da junção da antiga Escola Primária de Ourense, restaurada em 2005 e de um edifício construído de raiz, ao Abrigo do PARES II – Programa de Alargamento de Redes Sociais, em 2009/2010.

Registada como IPSS a 04/01/1999, o CSPO desenvolve várias respostas sociais: Serviço de Apoio Domiciliário (S.A.D.), Centro de Dia (C.D.), Centro de Atividades de Tempos Livres (C.A.T.L.) e Creche. A Creche é a valência mais recente, tendo iniciada a 13 de Setembro de 2010.

O Serviço de Apoio Domiciliário, que se encontra a funcionar desde o ano de 2003, tem atualmente 26 clientes e uma capacidade e Acordo de Cooperação Típico estabelecido com a Segurança Social para 27 idosos.

O Centro de Dia tem 23 clientes e uma capacidade e um Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 30 idosos

No que diz respeito ao Centro de Atividades de Tempos Livres, encontram-se a frequentar 15 crianças, embora esta resposta social tenha capacidade e Acordo de Cooperação com a Segurança Social para 20 crianças.

Na Resposta Social de Creche estão inscritas 23 crianças. Nesta resposta social o CSPO tem capacidade para 33 crianças e Acordo de Cooperação com a Segurança Social prevê também 33 crianças. A Creche está dividida em 3 salas: Berçário para crianças dos 4 aos 12 meses; sala dos 12 meses para crianças dos 12 aos 24 meses e a sala dos 24 meses, para crianças dos 24 aos 36 meses.

Para dar resposta às necessidades dos seus clientes, esta IPSS conta atualmente com a colaboração de 27 funcionárias (incluindo a colaboradora de “Emprego Apoiado”, para pessoas portadoras de deficiência).

Com o objetivo de dar uma resposta cada vez mais adequada às necessidades dos seus clientes, o CSPO funciona em parceria com algumas entidades, nomeadamente com a Câmara



*[Handwritten signature and initials]*

Municipal de Cantanhede, com a Junta de Freguesia de Ourense, com o Centro de Saúde de Cantanhede e com algumas empresas.

A nível financeiro, e no que respeita às respostas sociais referidas, o CSPO tem como Fonte de Financiamento a comparticipação dos clientes e o valor atribuído pelos Acordos de Cooperação Típico da Segurança Social. Tendo em conta que nenhuma das respostas sociais atingiu a capacidade máxima, os acordos de cooperação estão a ser pagos pela frequência mensal de clientes por resposta.

A Direção deste CSPO é constituída por cinco elementos que desempenham funções em regime de voluntariado:

Presidente: Idalécio Pessoa Oliveira

Vice- Presidente: Helena Maria dos Santos Fernandes

Secretário: João Paulo Reis Pereira

Tesoureiro: Floriano Cruz Cordeiro

Vogal: Fernando Alberto da Silva Assunção

## 2. Recursos Humanos

**1 Psicóloga / Diretora Técnica, com as seguintes funções:**

- ✚ Estudar e definir normas gerais, esquemas e regras de atuação do serviço social da Instituição;
- ✚ Proceder à análise de problemas de serviços social directamente relacionadas com os serviços da Instituição;
- ✚ Assegurar e promover a colaboração com os serviços sociais de outras instituições ou entidades;
- ✚ Estudar com os indivíduos as soluções possíveis dos seus problemas (descoberta do equipamento social de que podem dispor);
- ✚ Ajudar os utentes a resolver adequadamente os seus problemas de adaptação e readaptação social, fomentando uma decisão responsável;
- ✚ Executar outras tarefas não especificadas que venham a mostrar-se necessárias, pelos meios e formas disponibilizados pela Instituição;
- ✚ Manter a Direção informada sobre o desenvolvimento e problemas dos vários serviços;
- ✚ Promover, estruturar e supervisionar atividades e ações;
- ✚ Organizar/Coordenar os Recursos Humanos;
- ✚ Elaborar os processos dos clientes e submeter à aprovação da Direção a sua admissão;



Handwritten signature and initials, including the name 'Helena' and a large stylized signature.

- ✚ Elaborar e avaliar os PDI de cada cliente;
- ✚ Estabelecer a comunicação entre a IPSS e os familiares dos clientes das várias valências;
- ✚ Efetuar o cálculo de mensalidades de todas as respostas sociais;
- ✚ Colaborar com entidades locais (JFO, CMC, Centro de Saúde, RLIS, IPSS, ...);
- ✚ Submeter candidaturas a Projetos variados;
- ✚ Gerir processos financiados pelo IEFPP;
- ✚ Promover a saúde mental e do ajustamento psicológico de crianças, jovens, adultos e idosos, sendo um sistema de apoio, potenciador de mudanças positivas, ao nível individual e/ou grupal;
- ✚ Mediar e facilitar as relações entre as pessoas e a Instituição, contribuindo para o desenvolvimento.

**2 Educadores de Infância**, uma na sala dos 12/24 meses e outra na sala dos 24/36 meses e Berçário, com as seguintes **funções**:

- ✚ Cuidar das crianças organizando diversas atividades que simultaneamente as ocupam e incentivam o seu desenvolvimento social, físico e mental;
- ✚ Proporcionar às crianças um ambiente calmo e integrador;
- ✚ Orientar diversas atividades de forma a incentivar o desenvolvimento psico-motor da criança, fazendo-a executar exercícios de coordenação, atenção, memória, imaginação e raciocínio;
- ✚ Incentivar o seu desenvolvimento afetivo, procurando estimular interesses e aptidões da criança;
- ✚ Ajudar as crianças na descoberta da realidade exterior em que está inserida, criando nas mesmas hábitos e rotinas a nível de higiene e alimentação;
- ✚ Ensinar às crianças, formas de expressão plástica, musical, corporal e outras;
- ✚ Estimular o desenvolvimento moral e espiritual fazendo-lhe despertar a autoconfiança, coragem, lealdade, amizade, disciplina, generosidade, entre outras;
- ✚ Acompanhar a evolução da criança e estabelece contactos com os pais no sentido de se obter uma acção pedagógica coordenada;
- ✚ Cumprir o Projecto Pedagógico aprovado para cada ano lectivo.

**1 Animadora Cultural, com as seguintes funções:**

- ✚ Organizar, coordenar e/ou desenvolver atividades de animação e desenvolvimento sociocultural junto dos clientes no âmbito dos objetivos da Instituição;
- ✚ Acompanhar e procurar desenvolver o espírito de pertença, cooperação e solidariedade das pessoas;
- ✚ Proporcionar o desenvolvimento das suas capacidades de expressão e realização, utilizando para tal métodos pedagógicos e de animação;
- ✚ Estimular o convívio, proporcionar diferentes experiências de vida e emoções, valorizar capacidades e saberes, fomentar o dinamismo e o movimento;
- ✚ Orientar e coordenar atividades de carácter educativo, acompanhar a evolução da criança, estabelecendo contactos com pais e professores no sentido de obter uma ação educativa integrada e de despiste de eventuais casos que careçam de especial atenção e encaminhamento.

**1 Escriturária (atendimento e apoio à Direção) com as seguintes funções:**

- ✚ Tomar conhecimento das decisões administrativas, contabilísticas e de serviços tomadas pela Direção, definidas em reunião ou apresentadas por um membro da mesma, dando-lhe o encaminhamento necessário executando as que lhe sejam destinadas apresentando à Direção o comprovativo da sua realização e apoiando esta nas suas tarefas e em tudo o que se verifique ser necessário;
- ✚ Redigir relatórios, cartas, notas informativas e outros documentos, dando-lhe o seguimento apropriado;
- ✚ Examinar o correio recebido, separar, classificar e compilar dados que são necessários para preparar as respostas;
- ✚ Elaborar, ordenar e preparar os documentos relativos à encomenda distribuição, facturação e realização das compras e vendas;
- ✚ Receber pedidos de informação e transmitir à pessoa ou serviços competentes;
- ✚ Por em caixa os pagamentos de contas e entregas de recibos;
- ✚ Escrever em livros as receitas e despesas, assim como outras operações contabilísticas;
- ✚ Estabelecer o extracto das operações efectuadas e de outros documentos para informação superior;
- ✚ Atender o público e conferir o devido encaminhamento;
- ✚ Ordenar e arquivar notas de livrança, recibos, cartas ou outros documentos e elaborar dados estatísticos;
- ✚ Preparar e organizar processos;
- ✚ Prestar informações e outros esclarecimentos aos clientes e público em geral.



Handwritten signature and initials, including the word 'Nole' and a large signature.

**2 Cozinheiras, com as seguintes funções:**

- ✚ Confeccionar as refeições de todos os clientes;
- ✚ Realizar todos os registos relacionadas com a implementação de HACCP;
- ✚ Higienizar os espaços;
- ✚ Manter a higiene e segurança no trabalho.

**4 Ajudantes de Ação Educativa, com as seguintes funções:**

- ✚ Assegurar e participar nas atividades socioeducativas;
- ✚ Ajudar nas tarefas de alimentação, cuidados de higiene e conforto directamente relacionados com a criança;
- ✚ Vigiar as crianças durante o repouso e na sala de aula;
- ✚ Assistir as crianças no transporte, nos recreios, nos passeios e nas visitas de estudo, manter a limpeza e arrumação das instalações.

**5 Ajudantes de Ação Direta e 1 “Emprego Apoiado” para pessoas portadoras de deficiência, com as seguintes funções:**

- ✚ Assegurar a limpeza e conservação das instalações;
- ✚ Prestar os cuidados de higiene e conforto e proceder ao acompanhamento das refeições dos utentes da Instituição;
- ✚ Apoiar na confeção de refeições e no tratamento de roupas;
- ✚ Colaborar nos trabalhos auxiliares de montagem;
- ✚ Desmontagem e conservação de equipamentos;
- ✚ Auxiliar a execução de cargas e descargas, realizar tarefas de arrumação e distribuição, executar outras tarefas simples, não especificadas, de carácter manual e exigindo conhecimentos práticos;
- ✚ Efetuar serviços tais como confeccionar alimentos, podendo executar outras tarefas não especificadas que venham a mostrar-se necessárias, pelos meios e formas disponibilizados pela Instituição;

Várias colaboradoras como **Auxiliares de Serviços Gerais**, com as seguintes funções:

- ✚ Assegurar a limpeza e conservação das instalações;
- ✚ Prestar os cuidados de higiene e conforto e proceder ao acompanhamento das refeições dos utentes da Instituição;



*Handwritten signature and initials in the top right corner.*

- ✚ Apoiar na confeção de refeições e no tratamento de roupas;
- ✚ Colaborar nos trabalhos auxiliares de montagem;
- ✚ Desmontagem e conservação de equipamentos;
- ✚ Auxiliar a execução de cargas e descargas, realizar tarefas de arrumação e distribuição, executar outras tarefas simples, não especificadas, de carácter manual e exigindo conhecimentos práticos;
- ✚ Efectuar serviços tais como confeccionar alimentos, podendo executar outras tarefas não especificadas que venham a mostrar-se necessárias, pelos meios e formas disponibilizados pela Instituição.

Através de **parceria**, o CSPO tem vários **colaboradores externos**, nomeadamente uma **Médica** que, mensalmente, realiza consultas aos clientes desta IPSS, uma **Enfermeira** que, quinzenalmente, controla e verifica a glicémia, a tensão arterial e o peso dos idosos e uma **Nutricionista** que apoia na elaboração das ementas de todas as respostas sociais.

Com base em contratos de prestação de serviços, o CSPO tem uma **Engenheira Alimentar** que apoia na manutenção da Certificação no âmbito do HACCP e uma **Professora de Educação Musical** que desempenha funções na Creche.

### 3. Recursos Físicos

- ✚ Edifício sede do CSPO, com dois pisos, onde funciona o gabinete da Direção, o Serviço Técnico, o Serviço Administrativo, o C.A.T.L., a Creche, o C.D., a cozinha e a lavandaria;
- ✚ Edifício polivalente para práticas culturais, desportivas e recreativas, armazém e garagem de viaturas;
- ✚ 3 viaturas para apoio ao S.A.D. (1 viatura de 2 lugares e 2 viaturas de 3 lugares);
- ✚ 2 viaturas para apoio ao C.D. e para o transporte das crianças (9 lugares cada).



*Handwritten signature and initials in the top right corner.*

## 4. Acordos e Parcerias

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Centro Distrital da Segurança Social de Coimbra<br>e<br>Serviço Local de Cantanhede | Acordos de Cooperação: comparticipação financeira dos clientes de SAD, CD, CATL e Creche; apoio técnico em diversos assuntos de importância para a instituição; colaboração nas prestações sociais, nomeadamente nos processos de Rendimento Social de Inserção (RSI) da freguesia de Ourense e Sepins, no Fundo de Garantia de Alimentos Devidos a Menores (FGADM), nas vagas cativas e nos apoios económicos pontuais.                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Instituto de Emprego e Formação Profissional – Centro de Emprego de Coimbra         | Apoio técnico na contratação de recursos humanos, na comparticipação de CEI'S, estágios profissionais, impulso jovem e estímulo 2013.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Banco Alimentar contra a fome Coimbra                                               | Atribuição de produtos alimentares, mensalmente, à instituição beneficiária, bem como, participação das colaboradoras nas campanhas de recolha de bens alimentares.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Câmara Municipal de Cantanhede                                                      | Apoio financeiro, logístico e de carácter geral; Apoio em atividades culturais, desportivas e recreativas dinamizadas pelo CSPO; Colaboração com o CLAS, CPCJ, CLDS, RMAS, Colmeia, NAVD, Programa <i>Abem</i> , no sentido de apoiar, em várias áreas, as famílias carenciadas da freguesia de Ourense.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Junta de Freguesia de Ourense                                                       | Apoio financeiro, logístico e de carácter geral.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Comissão de Festas N.ª Sr.ª da Nazaré                                               | Apoio na utilização do edifício Polivalente do CSPO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Rancho Folclórico "Os Bairradinos de Ourense"                                       | Apoio na utilização do edifício Polivalente do CSPO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Clube de Caçadores de Ourense                                                       | Apoio na utilização do edifício Polivalente do CSPO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Urva Bike Team                                                                      | Apoio na utilização do edifício Polivalente do CSPO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Caixa de Crédito Agrícola Mútuo de Cantanhede e Mira                                | Condições especiais em tesouraria e financiamento, patrocínio na decoração de viaturas, pagamentos por multibanco e condições especiais para colaboradoras.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Curativa                                                                            | Protocolo estabelecido em diversos serviços: farmácias, apoio médico e de enfermagem, entre outros.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Farmácia Varela Moreira, Unip. Lda                                                  | Descontos em medicamentos diretamente na Farmácia ou solicitados, através do CSPO, para os utentes, colaboradoras e sócios.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Associação Social e Cultural da Lapa                                                | Colaboração e apoio nas atividades dinamizadas pelo CSPO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Associação Musical da Pocariça                                                      | Colaboração e apoio nas atividades dinamizadas pelo CSPO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Irmãos Louro, Lda.                                                                  | Parceria no âmbito do comércio de combustíveis líquidos e gasosos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva                                          | Divulgação dos serviços prestados pelas diferentes valências do CSPO [Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário; Creche e Atividades de Tempos Livres (ATL)] junto dos alunos e funcionários da EB1 de Ourense, Jardim de Infância de Ourense e da Escola Básica Marquês de Marialva de Cantanhede; Divulgação de folhetos (in) formativos e outras informações pertinentes relativas ao CSPO na EB1 de Ourense, Jardim de Infância de Ourense e na Escola Básica Marquês de Marialva de Cantanhede; As crianças que finalizem o seu percurso escolar na Creche do CSPO e que manifestem o desejo de frequentar o Jardim de Infância da EB1 de Ourense, sejam admitidos no Jardim de Infância de Ourense, caso exista vaga. |



*Handwritten signature and initials*

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mahle                                     | Divulgar junto dos funcionários da MAHLE as vantagens da existência deste protocolo, nomeadamente no que respeita ao transporte das crianças para a Creche e dos idosos para o Centro de Dia, bem como ao apoio disponibilizado através dos gabinetes implementados pelo CSPO; Disponibilizar apoio na área da Psicologia Organizacional, diretamente nas instalações do CSPO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Santa Casa da Misericórdia de Cantanhede  | Colaboração na distribuição de refeições através da Cantina Social e no Programa Operacional de Apoios a Pessoas mais Carenciadas (POAPMC); Divulgação regular das atividades e serviços prestados pelas instituições; Apoio técnico nas áreas sociais relacionadas com as valências que cada instituição desenvolve, nomeadamente nas ações de formação, no desenvolvimento de gabinetes de apoio aos utentes e familiares, nas provas de avaliação, no material de intervenção, etc, preferencialmente envolvendo colaboradores de ambas as instituições; Análise conjunta e periódica da parceria, para que se possam identificar eventuais necessidades de adaptação motivadas pelas ações implementadas ou por eventuais alterações verificadas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Escola Técnico Profissional de Cantanhede | O CSPO compromete-se a receber anualmente alunos estagiários da ETPC, dos cursos técnico de apoio psicossocial, técnico de restauração variante cozinha/pastelaria e técnico auxiliar de saúde, sendo posteriormente estabelecido o número de estagiários;<br>Disponibilizar os serviços prestados pelas diferentes valências do CSPO [Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário; Creche e Atividades de Tempos Livres (ATL)] aos funcionários da ETPC e respetivos familiares diretos, considerando as seguintes vantagens:<br>Transporte para a Creche: deslocação ao domicílio num raio de 15km (30km de ida e volta): 10% de desconto para os filhos dos funcionários da ETPC sobre o preço praticado pelo CSPO;<br>Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário: oferta de serviços de apoio domiciliário (tratamento de roupa ou limpeza no domicílio, uma vez por semana), durante o primeiro mês, aos idosos, familiares em 1º grau dos funcionários da ETPC que se inscrevam como utentes do Centro de Dia ou do Serviço de Apoio Domiciliário, do CSPO;<br>Disponibilizar o edifício Polivalente do CSPO para práticas culturais, recreativas e desportivas realizadas pela ETPC, com 50% de desconto sobre o preço praticado pelo CSPO. |
| Pneubox - Comércio de Pneus, Lda          | Disponibilizar os serviços prestados pelas diferentes empresas da José Aniceto & Irmão, Lda aos utentes, funcionários e sócios do CSPO que apresentarem o cartão com as quotas em dia, considerando as seguintes vantagens: 20% de desconto nos serviços prestados pela Pneubox – Comércio de Pneus, Lda                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Ventiplast, moldagem de plástico, Lda     | 5% a 10% de desconto, dependendo do valor dos produtos adquiridos, para os Sócios do CSPO e respectivas empresas protocolares.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Tinturaria Vieira                         | Proceder a descontos ao CSPO e aos Sócios na lavagem de roupas de grandes dimensões, tendo em conta os seguintes aspetos: 10% nas situações em que a entrega e levantamento de roupa sejam realizadas pelo CSPO; 10% para os sócios do CSPO que apresentarem o cartão com as quotas em dia.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Olhar Cintilante Unipessoal, Lda          | Disponibilizar os serviços ópticos prestados pela Olhar Cintilante Unipessoal, Lda aos utentes, funcionários e aos sócios do CSPO que apresentarem o cartão com as quotas em dia, considerando as seguintes vantagens: consultas de Optometria e Contactologia gratuitas, bem como o serviço domiciliário; 20% de desconto em lentes oftálmicas/armações; 10% em lentes de contacto; "VISÃO PARA TODOS" – serviço social que beneficia todos os cidadãos que apresentarem um baixo rendimento que os impossibilite de adquirir armação e lentes (consulta/armação/lentes, completamente gratuitas para três utentes por mês), devendo para o efeito o CSPO informar os utentes nesta situação e encaminhá-los para a Olhar Cintilante Unipessoal, Lda.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Escola de Condução Moleiro, Amaro e Oliveira, Lda | Disponibilizar os serviços prestados pela Escola de Condução aos utentes, funcionários e aos sócios do CSPO que apresentarem o cartão com as quotas em dia, considerando as seguintes vantagens: 10% de desconto na obtenção de carta de condução de qualquer categoria; 5% de desconto em qualquer outro serviço prestado pela Escola de Condução.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Mais Óptica Cantanhede                            | Disponibilizar os serviços ópticos prestados pela Mais Óptica Cantanhede aos utentes, funcionários e aos sócios do CSPO que apresentarem o cartão com as quotas em dia, considerando as seguintes vantagens:<br>50€ de desconto aplicável numa única compra de valor igual ou superior a 100€, (importância líquida a pagar, após aplicação de todos os descontos Privilege e cheque de boas vindas). Aplicável uma única vez por colaborador/sócio da entidade. Não acumulável ao Desconto de Boas -vindas 30€;<br>20% de desconto em consultas de Optometria ou Contactologia;<br>20% de desconto na aquisição de óculos graduados (armações e/ou lentes);<br>10% de desconto em lentes de contacto;<br>15% em Óculos de Sol.<br>Possibilidade de adesão ao "Cartão Privilege" (custo de 18€) com acesso a condições exclusivas (50% de desconto nas lentes monofocais, 40% de desconto nas lentes progressivas e 10% de desconto nas armações na aquisição de óculos graduados completos; 30% de desconto na compra de óculos de sol; 20% de desconto na compra de lentes de contacto; garantias diversas e muitas mais vantagens) As informações relativas ao funcionamento do cartão Privilege poderão ser consultadas numa loja Mais Optica ou no site <a href="http://www.maisoptica.pt">www.maisoptica.pt</a> . |
| Lavandaria XL self - service                      | Disponibilizar os serviços prestados na Lavandaria XL Self-Service aos utentes, funcionários e aos sócios do CSPO que apresentarem o cartão com as quotas em dia, considerando a seguinte vantagem: 50 cupões de oferta de uma lavagem (ou secagem de igual valor), na utilização de 2 máquinas de lavar no mesmo dia, sendo a atribuição destes cupões de desconto da responsabilidade do CSPO;<br>Disponibilizar os serviços prestados na Lavandaria XL Self-Service ao CSPO, considerando as seguintes vantagens: 10% de desconto na lavagem de roupa de grandes dimensões quando a entrega e levantamento da mesma sejam realizadas pelo CSPO, com contato prévio com a MAAG Soluções, Lda, para acordar data e hora; Serviços pontuais de lavandaria gratuitos, aquando da realização de eventos pelo CSPO, a combinar o dia e a hora;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Centro de Recuperação de Cantanhede               | Disponibilizar os serviços prestados pelo Centro de Recuperação de Cantanhede aos utentes, considerando as seguintes vantagens:<br>20% de desconto sobre os valores da tabela de tratamentos de fisioterapia;<br>20% de desconto na realização de tratamentos de fisioterapia no domicílio, com duração de 1hora, ficando o preço estabelecido em 20€/sessão;<br>5€ por cada aula de ginástica geriátrica;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## 5. Atividades a Implementar

### ➤ Serviço de Apoio Domiciliário (S.A.D.)

| Descrição da Atividade                     | Ação a desenvolver                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Recursos Humanos                          | Meta               | Prazo              | Financiamento                                             |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------|
| Desenvolver os serviços prestados pelo SAD | Fornecer refeições diárias (pequeno almoço, almoço, lanche e jantar)                                                                                                                                                                                                                                                                         | Psicóloga Colaboradoras                   | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Segurança Social Clientes CSPO                            |
|                                            | Prestar serviços de higiene pessoal e habitacional                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Psicóloga Colaboradoras                   | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO                            |
|                                            | Prestar serviços de tratamento de roupa                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Psicóloga Colaboradoras                   | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO                            |
|                                            | Acompanhamento e transporte dos clientes ao exterior                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Psicóloga Colaboradoras                   | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO                            |
|                                            | Realização de atividades lúdicas: socialização, animação, lazer e cultura                                                                                                                                                                                                                                                                    | Direção Psicóloga Animadora Colaboradoras | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO                            |
|                                            | Realização das festividades anuais: desfile de Carnaval, almoço convívio da Páscoa (Eucaristia), visita à praia de Mira, passeio ao parque de merendas do Montinho, Folk solidário, festa de final de ano letivo da Creche (Eucaristia), passeio à praia fluvial das Sete Fontes, festa do Magusto (Eucaristia), festa de Natal (Eucaristia) | Direção Psicóloga Animadora Colaboradoras | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO<br>Município de Cantanhede |
|                                            | Possibilitar o acompanhamento médico                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Psicóloga Colaboradoras Médica            | Mensalmente        |                    | CSPO Curactiva                                            |
|                                            | Possibilitar o acompanhamento de enfermagem                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Psicóloga Colaboradoras Enfermeira        | Quinzenalmente     |                    | CSPO Curactiva                                            |
| Acompanhamento de clientes                 | Visitas domiciliárias periódicas para avaliação dos serviços prestados, apoio e acompanhamento do utente, e potenciais clientes para divulgação do serviço prestado                                                                                                                                                                          | Psicóloga                                 | Mensalmente        |                    | Segurança Social Clientes CSPO                            |

*[Handwritten signature]*

|                                  |                                                                                                               |                                                    |                    |                    |                                |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------|--------------------|--------------------------------|
|                                  | Reunir com familiares para avaliação do PDI e informações de caráter geral                                    | Psicóloga                                          | Semestralmente     | Janeiro a Dezembro | Segurança Social Clientes CSPO |
| Avaliação dos serviços prestados | Avaliar o serviço prestado pela resposta social                                                               |                                                    |                    |                    | Segurança Social Clientes CSPO |
|                                  | Avaliar a qualidade dos serviços prestados, através de um questionário de avaliação da satisfação dos utentes |                                                    |                    |                    | Segurança Social Clientes CSPO |
| Divulgação da resposta social    | Divulgação da resposta social tendo em vista a integração de novos clientes                                   | Direção<br>Psicóloga<br>Animadora<br>Colaboradoras | Janeiro a Dezembro |                    | CSPO JFO                       |

➤ **Centro de Dia (C.D.)**

| Descrição da Atividade                      | Ação a desenvolver                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Recursos Humanos                                   | Meta               | Prazo              | Financiamento                         |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------|--------------------|---------------------------------------|
| Desenvolver os serviços prestados pelo C.D. | Apoiar o cliente na sua estadia diária no Centro de Dia ao nível da alimentação, higiene pessoal e transporte diário do e para o domicílio                                                                                                                                                                                                                   | Psicóloga<br>Colaboradoras                         | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Segurança Social Clientes CSPO        |
|                                             | Comemoração dos aniversários                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Direção<br>Psicóloga<br>Animadora<br>Colaboradoras | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO        |
|                                             | Realização de atividades lúdicas: socialização, animação, lazer e cultura                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Psicóloga<br>Animadora<br>Colaboradoras            | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO        |
|                                             | Realização das festividades anuais: desfile de Carnaval, almoço convívio da Páscoa (com Eucaristia), visita à praia de Mira, passeio ao parque de merendas do Montinho, Folk solidário, festa de final de ano letivo da Creche (com Eucaristia), passeio à praia fluvial das Sete Fontes, festa do Magusto (com Eucaristia), festa de Natal (com Eucaristia) | Direção<br>Psicóloga<br>Animadora<br>Colaboradoras | Janeiro a Dezembro |                    | Município de Cantanhede Clientes CSPO |
|                                             | Acompanhamento ao exterior a diversos serviços, sempre que solicitado                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Psicóloga<br>Animadora<br>Colaboradoras            | Janeiro a Dezembro |                    | Segurança Social Clientes CSPO        |
|                                             | Possibilitar o acompanhamento médico                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Psicóloga<br>Colaboradoras<br>Médica               | Mensalment<br>e    |                    | CSPO Curactiva                        |
|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                    |                    |                    |                                       |



*Handwritten signature and initials*

|                                        |                                                                                                               |                                                    |                       |                       |                                         |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------------------------|
|                                        | Possibilitar o acompanhamento de enfermagem                                                                   | Psicóloga<br>Colaboradoras<br>Enfermeira           | Quinzenal<br>mente    |                       | CSPO<br>Curactiva                       |
| Avaliação dos<br>serviços<br>prestados | Avaliar o serviço prestado nesta resposta social                                                              |                                                    |                       |                       | Segurança<br>Social<br>Clientes<br>CSPO |
|                                        | Avaliar a qualidade dos serviços prestados, através de um questionário de avaliação da satisfação dos utentes |                                                    |                       |                       | Segurança<br>Social<br>Clientes<br>CSPO |
| Divulgação<br>da resposta<br>social    | Divulgar a resposta social tendo em vista a integração de novos clientes                                      | Direção<br>Psicóloga<br>Colaboradoras<br>Animadora | Janeiro a<br>Dezembro | Janeiro a<br>Dezembro | CSPO<br>JFO                             |

| Data             | Atividades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Objetivos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Janeiro</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recorte de pombas feitas com cartolina branca.</li> <li>- Escrita de frase, dita pelo idoso, sobre a paz.</li> <li>- Ensaio de canções alusivas às Janeiras.</li> <li>- Lanche com bolo-rei.</li> <li>- Exercícios com bola pequena.</li> <li>- Jogo do Dominó.</li> <li>- Escrita de cartão de agradecimento.</li> <li>- Exercício com balão.</li> <li>- Caminhada no exterior.</li> <li>- Sessão de loga do Riso.</li> <li>- Jogo do Bingo.</li> <li>- Exercício com pedaleiras (braços).</li> <li>- Treino de Boccia.</li> <li>- Construção de puzzle (pintura, recorte e colagem).</li> <li>- Jogo das moedas.</li> <li>- Atelier de costura: tapetes.</li> <li>- Jogo das latas.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver a motricidade fina.</li> <li>- Estimular a criatividade.</li> <li>- Promover a precisão manual e a coordenação psico-motora.</li> <li>- Valorizar a auto-estima.</li> <li>- Proporcionar momentos de lazer e de convívio.</li> <li>- Estimular a escrita.</li> <li>- Valorizar a leitura.</li> <li>- Ativar a memória.</li> </ul> |
| <b>Fevereiro</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Decoração de velas.</li> <li>- Preparação de disfarces de Carnaval.</li> <li>- Jogo: faz como eu.</li> <li>- Caminhada no exterior.</li> <li>- Enfeitar sala com serpentinas.</li> <li>- Baile de máscaras.</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Jogo: tenta descobrir.</li> <li>- Pintura de coração de cartão.</li> <li>- Jogo de cartas.</li> <li>- Exercício com bola de pilates.</li> <li>- Jogo: acerta com a bola no balde.</li> <li>- Jogo: mais um fruto. (estimula a memória)</li> <li>- Jogo: quem se lembra?</li> <li>- Exercício: coloca os balões dentro do arco.</li> <li>- Jogo: qual é o meu animal?</li> </ul>                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular a memória e a concentração.</li> <li>- Desenvolver a psicomotricidade.</li> <li>- Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento.</li> <li>- Desenvolver a criatividade.</li> <li>- Promover a competição saudável.</li> <li>- Permitir momentos de alegria e bem-estar.</li> </ul>                                      |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Março</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Visita da GNR.</li> <li>- Jogo: "troca de retratos".</li> <li>- Sessão de oração.</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Homenagem às mulheres, com entrega de lembrança.</li> <li>- Audição de músicas cantadas por mulheres.</li> <li>- Jogo: fazer rimas.</li> <li>- Exercício de pedaleiras (pernas).</li> <li>- Jogo: Bingo.</li> <li>- Pintura de flores de cartão.</li> <li>- Treino de Boccia.</li> <li>- Jogo: completa o provérbio.</li> <li>- Jogo: arco na garrafa.</li> <li>- Caminhada no exterior para observação da Natureza.</li> <li>- Celebração da Páscoa com Eucaristia e almoço convívio.</li> <li>- Aula de ginástica.</li> <li>- Assistir a uma peça de teatro. (BMC)</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular os movimentos através da música.</li> <li>- Proporcionar momentos de distração.</li> <li>- Estimular a atividade física em detrimento do sedentarismo.</li> <li>- Partilhar conhecimentos de aprendizagem.</li> <li>- Facultar um momento de cariz religioso.</li> <li>- Promover momentos de oração.</li> <li>- Proporcionar um momento cultural.</li> </ul>                                                                                               |
| <b>Abril</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogo: é verdade ou mentira?</li> <li>- Exercício: bolas no cesto.</li> <li>- Recorte de andorinhas de papel.</li> <li>- Jogo do galo.</li> <li>- Gravação das vozes dos idosos.</li> <li>- Exercício com bola de pilates.</li> <li>- Jogo: reconhece esta voz? (vozes de utentes e funcionárias)</li> <li>- Exercício: enrolar o fio.</li> <li>- Elaboração de livro com histórias de vida dos idosos.</li> <li>- Aula de ginástica.</li> <li>- Pintura de capa de livro.</li> <li>- Leitura de histórias de vida.</li> <li>- Fazer cravos com papel de seda.</li> <li>- Cantar músicas da época.</li> <li>- Aprender diferentes estilos de dança.</li> <li>- Baile convívio.</li> </ul>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partilhar conhecimentos e histórias de vida.</li> <li>- Promover momentos de oração.</li> <li>- Proporcionar um momento de cariz cultural.</li> <li>- Recordar datas significativas da História.</li> <li>- Reviver cantigas tradicionais.</li> <li>- Ativar a memória e as vivências pessoais.</li> <li>- Estimular os movimentos através da pintura.</li> <li>- Despertar os movimentos através das artes manuais.</li> </ul>                                       |
| <b>Maió</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recorte de flor de cartolina, com nome das mães dos idosos.</li> <li>- Visita ao Santuário de Fátima, dia 6.</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Treino de Boccia.</li> <li>- Exposição de fotografias da família dos idosos.</li> <li>- Modelagem de flores em barro.</li> <li>- Jogo: na minha família.</li> <li>- Caminhada no exterior.</li> <li>- Confeção de um bolo / bolachas.</li> <li>- Exercício com pedaleiras (braços).</li> <li>- Saída para apanhar flores para o ramo do Dia da Espiga.</li> <li>- Recorte de pasteis tradicionais.</li> <li>- Jogo: enrolar o fio.</li> <li>- Jogo das latas.</li> <li>- Jogo com arcos e garrafa.</li> <li>- Jogo: acerta com as bolas no garrafão.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento.</li> <li>- Desenvolver a criatividade.</li> <li>- Valorizar o papel da religião na sociedade.</li> <li>- Desenvolver o lado espiritual e religioso.</li> <li>- Estimular a criatividade para a arte da doçaria.</li> <li>- Aprender novos jogos.</li> <li>- Proporcionar momentos de distração.</li> <li>- Promover o ambiente familiar.</li> <li>- Fomentar o interesse na participação ativa.</li> </ul> |
| <b>Junho</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogo das cores.</li> <li>- Exercício com pedaleiras (pernas).</li> <li>- Jogo do galo.</li> <li>- Jogo de cartas.</li> <li>- Jogo: descobre com as mãos.</li> <li>- Exercício de raquetes e balões.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de diversão e convívio entre os idosos.</li> <li>- Fomentar contato com o exterior.</li> <li>- Facilitar a motricidade fina.</li> <li>- Desenvolver a criatividade.</li> <li>- Estimular a memória e a concentração.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                     |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogo: agora somos nós.</li> <li>- Pintura de desenho do mar.</li> <li>- Passeio à Praia de Mira, dia 18.</li> <li>- Construção de balões de papel.</li> <li>- Decoração do espaço com arcos e balões de papel.</li> <li>- Jogo: o que está dentro da caixa? (memória)</li> <li>- Elaboração de manjerico.</li> <li>- Passeio ao Montinho, dia 25.</li> <li>- Exercício: bolas no cesto.</li> <li>- Jogo da memória, com cartões.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver a psicomotricidade.</li> <li>- Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento.</li> <li>- Promover a precisão manual e a coordenação psico-motora.</li> <li>- Proporcionar o convívio com a comunidade e entre gerações.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Julho</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Visionamento de vídeo sobre segurança.</li> <li>- Folk, dia 9.</li> <li>- Aula de ginástica.</li> <li>- Jogo: descobre o sabor.</li> <li>- Jogo: enrolar o fio na garrafa.</li> <li>- Escrita de pensamentos dos idosos.</li> <li>- Festa da Final de Ano, dia 16.</li> <li>- Caminhada no exterior.</li> <li>- Jogo: labirinto no chão.</li> <li>- Passeio às Sete Fontes, dia 23.</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Jogo dos cartões.</li> <li>- Recorte de papel dobrado (amigos).</li> <li>- Pintura de recortes.</li> <li>- Jogo: arco na garrafa.</li> <li>- Homenagem aos avós.</li> </ul>                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estreitar laços entre avós e netos.</li> <li>- Potenciar o espírito de interajuda e promover as relações sociais.</li> <li>- Estimular a motricidade fina.</li> <li>- Desenvolver a criatividade.</li> <li>- Promover a aproximação com utentes de outras Instituições.</li> <li>- Estreitar laços entre utentes e a geração mais nova.</li> <li>- Potenciar o espírito de interajuda.</li> <li>- Estimular a atividade física.</li> <li>- Desenvolver a imaginação.</li> </ul> |
| <b>Agosto</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminhada no exterior.</li> <li>- Jogos com crianças do CATL</li> <li>- Jogo: bola fora do lençol.</li> <li>- Terapia holística com gatos.</li> <li>- Costura de tapetes de trapilhos.</li> <li>- Exposição de fotos dos idosos, quando eram jovens.</li> <li>- Jogo dos sacos de arroz.</li> <li>- Exercício com pedaleiras (pernas).</li> <li>- Recriação de Desfolhada.</li> <li>- Elaboração de boneca com uma espiga de milho.</li> <li>- Exercício com bola de pilates.</li> <li>- Jogo: arco na garrafa.</li> <li>- Jogo de cartas.</li> <li>- Kirui: atividade terapêutica com animais.</li> <li>- Jogo das latas.</li> <li>- Caminhada exterior.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mudar a perceção da velhice e do envelhecimento.</li> <li>- Aumentar a autoestima.</li> <li>- Introduzir o relaxamento e bem-estar físico e emocional.</li> <li>- Promover as relações sociais.</li> <li>- Aumentar o contato entre gerações.</li> <li>- Incentivar novas aprendizagens.</li> <li>- Estimular o bem estar emocional através do contato com animais.</li> </ul>                                                                                                  |
| <b>Setembro</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Construção de cacho de uvas, com amêndoas.</li> <li>- Treino de Boccia.</li> <li>- Tarde musical com o grupo <i>Philharmonia</i>.</li> <li>- Jogos com crianças do CATL.</li> <li>- Jogo das bolas no garrafão.</li> <li>- Confeção de bolo.</li> <li>- Recorte de uvas de cartolina para decoração.</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Sessão informativa dos perigos das doenças do coração.</li> <li>- Recorte de nuvens de cartolina.</li> <li>- Exercício com pedaleiras (braços).</li> <li>- Escrita de sonhos dos idosos.</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular a criatividade e imaginação dos idosos através da pintura.</li> <li>- Estimular a memória, a linguagem e a comunicação.</li> <li>- Diminuir o isolamento e melhorar as relações sociais.</li> <li>- Criar momentos de convívio.</li> <li>- Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo.</li> <li>- Promoção do bem-estar psicológico.</li> <li>- Proporcionar momentos de recordação e nostalgia.</li> <li>- Permitir a alegria em momentos festivos.</li> </ul> |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Outubro</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Festa musical com canções antigas.</li> <li>- Aula de ginástica.</li> <li>- Pintura de folhas de outono.</li> <li>- Jogo: balões dentro do arco.</li> <li>- Visita de nutricionista para palestra sobre alimentação.</li> <li>- Jogo: que fruto é? (olhos vendados)</li> <li>- Exercício com pedaleiras (pernas).</li> <li>- Recorte de diferentes alimentos.</li> <li>- Confeção de um doce de maçã.</li> <li>- Visionamento de filme de humor com gaguez.</li> <li>- Treino de Boccia.</li> <li>- Jogo: Bingo.</li> <li>- Hora das anedotas.</li> <li>- Pintura de diferentes massas.</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Colagem de massas pintadas.</li> <li>- Jogo: cada tampa para a sua rosca.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorizar o papel do idoso na sociedade e na família.</li> <li>- Estimular as capacidades de linguagem.</li> <li>- Trabalhar a atenção e concentração.</li> <li>- Estimular os movimentos através da música.</li> <li>- Estimular o bem-estar através do humor.</li> <li>- Despertar a linguagem e a comunicação.</li> <li>- Trabalhar a atenção e concentração.</li> <li>- Desenvolver a motricidade fina.</li> <li>- Promover a criatividade através da pintura.</li> </ul>                                       |
| <p><b>Novembro</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atelier de costura: tapetes.</li> <li>- Pintura de pinhas decorativas.</li> <li>- Jogo: Tiro ao alvo.</li> <li>- Jogo: sacos de arroz.</li> <li>- Construção de puzzle de castanha.</li> <li>- Jogo do labirinto.</li> <li>- Fazer cartuchos para Magusto.</li> <li>- Lanche convívio do Magusto.</li> <li>- Modelagem com massa de modelar.</li> <li>- Aula de ginástica.</li> <li>- Pintura da modelagem.</li> <li>- Jogo da pesca.</li> <li>- Passeio exterior.</li> <li>- Jogo: volta a Portugal. (identificar produtos típicos em cada região)</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Jogo do galo.</li> </ul>                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proporcionar momentos lúdicos e recreativos.</li> <li>- Partilhar vivência e histórias entre as gerações.</li> <li>- Estimular e despertar sentidos visuais, auditivos e táteis.</li> <li>- Valorizar o papel do idoso na sociedade e na família.</li> <li>- Desenvolver a motricidade fina.</li> <li>- Estimular as capacidades de aprendizagem.</li> <li>- Diminuir o isolamento e melhorar as relações sociais.</li> <li>- Proporcionar o convívio intergeracional.</li> </ul>                                   |
| <p><b>Dezembro</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Confeção de bolachas festivas.</li> <li>- Ensaio para Festa de Natal.</li> <li>- Jogo: descobre as diferenças.</li> <li>- Treino de Boccia.</li> <li>- Montagem de presépio.</li> <li>- Prova de diferentes chás.</li> <li>- Decoração de árvore de Natal.</li> <li>- Ensaio para Festa de Natal.</li> <li>- Exercício com pedaleiras (pernas).</li> <li>- Ouvir e cantar músicas sobre o Natal.</li> <li>- Jogos com crianças do CATL.</li> <li>- Palavras cruzadas: nomes de idosos.</li> <li>- Escrita de mensagens com votos para o Novo Ano.</li> <li>- Exercício com bola pequena.</li> <li>- Recordações do ano que passou.</li> <li>- Sessão de fotografias.</li> </ul>                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Criar momentos de convívio e de verdadeiro espírito natalício.</li> <li>- Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo.</li> <li>- Promoção do bem-estar psicológico.</li> <li>- Proporcionar momentos lúdicos e recreativos.</li> <li>- Partilhar vivência e histórias entre as gerações.</li> <li>- Estimular e despertar sentidos visuais, auditivos e táteis.</li> <li>- Combater o sedentarismo.</li> <li>- Proporcionar momentos de oração.</li> <li>- Reviver cantigas tradicionais de época.</li> </ul> |

➤ **Centro de Atividades de Tempos Livres (C.A.T.L.)**

| Descrição da Atividade         | Ação a desenvolver                                                                         | Recursos Humanos              | Meta               | Prazo       | Financiamento                  |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------|-------------|--------------------------------|
| Desenvolver a resposta de CATL | Apoiar nos TPC'S.                                                                          | Psicóloga Animadora           | Janeiro a Julho    | Ano lectivo | Segurança Social Clientes CSPO |
|                                | Comemorar os aniversários das crianças.                                                    | Direção Psicóloga Animadora   | Janeiro a Julho    | Ano lectivo | Segurança Social Clientes CSPO |
|                                | Comemorar datas importantes e acontecimentos                                               | Direção Psicóloga Animadora   | Janeiro a Julho    | Ano lectivo | Segurança Social Clientes CSPO |
|                                | Estimular a aprendizagem de cada criança tendo em conta a sua idade e as suas capacidades. | Psicóloga Animadora           | Janeiro a Julho    | Ano lectivo | Segurança Social Clientes CSPO |
|                                | Fomentar o desenvolvimento pessoal, assim como capacidades cognitivas e motoras            | Psicóloga Animadora Psicóloga | Janeiro a Julho    | Ano lectivo | Segurança Social Clientes CSPO |
| Divulgação da resposta social  | Divulgar a resposta social tendo em vista a integração de novos clientes                   | Direção Psicóloga Animadora   | Janeiro a Dezembro | Ano lectivo | CSPO JFO                       |

| Período   | Tema                         | Atividades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Objetivos                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Janeiro   | Os três porquinhos           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Construção das diferentes casas dos porquinhos, com materiais recicláveis.</li> <li>- Pintura das casas feitas na semana anterior.</li> <li>- Elaboração de porquinho com meias e areia.</li> <li>- Pintura de desenho sobre a história, usando a técnica dos berlindes.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver a imaginação.</li> <li>- Incentivar a criação de obras baseadas no conto infantil.</li> <li>- Sensibilizar as crianças para a potencialidade dos objetos reutilizados.</li> </ul>    |
| Fevereiro | A bela adormecida            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboração de prenda para Dia dos Namorados.</li> <li>- Desfile de Carnaval</li> <li>- Visionamento do filme.</li> <li>- Recorte e colagem de figuras em desenho sobre o conto.</li> </ul>                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver a criatividade do grupo e partilhar momentos lúdicos.</li> <li>- Proporcionar momentos de alegria e diversão.</li> <li>- Reforçar o conhecimento de diferentes materiais.</li> </ul> |
| Março     | Alice no país das maravilhas | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparação de lembrança para o dia da Mulher.</li> <li>- Preparação de lembrança para o dia do Pai.</li> <li>- Modelagem de personagem do conto. (cada criança escolhe a que quer).</li> </ul>                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fortalecer o reconhecimento do papel da Mulher.</li> <li>- Reforçar os laços de afeto com a família, valorizando o papel do Pai.</li> <li>- Desenvolver a coordenação motora.</li> </ul>         |

|              |                            |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Abril</b> | A galinha dos ovos de ouro | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pintura de cascas de ovos.</li> <li>- Visionamento de filme.</li> <li>- Hora do conto, dinamizada pela BMC.</li> <li>- Preparação de lembrança para o dia da Mãe.</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar relacionamentos saudáveis entre os pares.</li> <li>- Aguçar o prazer pela leitura.</li> <li>- Reforçar os laços de afeto com a família, valorizando o papel da Mãe.</li> </ul> |
| <b>Mai</b>   | O João e o Pé de Feijão    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pintura do pé do gigante.</li> <li>- Realização da experiência: feijão no copo.</li> <li>- Modelagem e pintura dos feijões mágicos.</li> <li>- Hora do conto, em grupo, com apoio de imagens.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover a curiosidade.</li> <li>- Explorar novas técnicas de trabalho.</li> <li>- Desenvolver a linguagem oral e a capacidade de ouvir.</li> </ul>                                     |
| <b>Junho</b> | A Bela e o Monstro         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparação de máscara de Monstro e de Bela.</li> <li>- Elaboração de uma rosa de papel.</li> <li>- Aprender coreografia da música do filme.</li> <li>- Recriação do baile de gala.</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizar ideias e pensamentos.</li> <li>- Contribuir para a ampliação da cultura da criança.</li> <li>- Ressaltar a importância da literatura infantil.</li> </ul>                     |

➤ **Creche**

| Descrição da Atividade                  | Ação a desenvolver                                                                                            | Recursos Humanos                                                                | Meta            | Prazo      | Financiamento                        |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------|--------------------------------------|
| Desenvolver a resposta social de Creche | Promover atividades que estimulem o desenvolvimento físico-motor, cognitivo e socio-emocional de cada criança | Educadoras de Infância<br>Ajudantes de Ação Educativa<br>Animadora<br>Psicóloga | Janeiro a Julho | Ano letivo | Segurança Social<br>Clientes<br>CSPO |
|                                         | Incute rotinas de higiene, alimentação e sono                                                                 | Educadoras de Infância<br>Ajudantes de Ação Educativa                           | Janeiro a Julho | Ano letivo | Segurança Social<br>Clientes<br>CSPO |
|                                         | Comemorar datas importantes                                                                                   | Direção<br>Educadoras de Infância<br>Ajudantes de Ação Educativa                | Janeiro a Julho | Ano letivo | Segurança Social<br>Clientes<br>CSPO |
|                                         | Comemorar os aniversários das crianças                                                                        | Direção<br>Educadoras de Infância<br>Ajudantes de Ação Educativa                | Janeiro a Julho | Ano letivo | Segurança Social<br>Clientes<br>CSPO |
|                                         | Desenvolver projeto anual com tema de base incluindo a produção gráfica, visitas, entre outras                | Direção<br>Educadoras de Infância<br>Animadora<br>Psicóloga                     | Janeiro a Julho | Ano letivo | Segurança Social<br>Clientes<br>CSPO |

|                                  |                                                                                                               |                                                                |                    |                    |                                |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------|--------------------------------|
| Divulgação da resposta social    | Divulgar a resposta social tendo em vista a integração de novos clientes                                      | Direção Assistente Social<br>Colaboradoras Animadora Psicóloga | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | CSPO                           |
| Avaliação dos serviços prestados | Avaliar o serviço prestado nesta resposta social                                                              |                                                                | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Direção Educadoras de Infância |
|                                  | Avaliar a qualidade dos serviços prestados, através de um questionário de avaliação da satisfação dos utentes |                                                                | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Direção Educadoras de Infância |

| Mês       | Temas/Atividades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Objetivos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Janeiro   | <b>Inverno</b><br>- Elaboração de um painel de inverno;<br>- Realização de trabalhos de expressão plástica alusivos ao inverno;<br>- Construção de um "bastão de chuva", a partir de materiais recicláveis;<br>- Decoração da creche com elementos característicos da estação.<br>- Exploração de histórias e canções temáticas. | - Reconhecer a existência do ciclo da água e sua importância;<br>- Conhecer as características dominantes da estação do ano decorrente, com articulação das diferentes expressões;<br>- Sensibilizar as crianças para a observação das transformações da Natureza;<br>- Reconhecer as características desta estação do ano (frutos, cores e vestuário);<br>- Desenvolver a criatividade e a imaginação. |
|           | <b>Dia de Reis (6/1)</b><br>- Exploração da história dos Reis Magos;<br>- Elaboração de coroas de Reis;<br>- Visita ao Centro de Dia para "Cantar as Janeiras".                                                                                                                                                                  | - Vivenciar o Dia de Reis, relembrando/valorizando as suas tradições;<br>- Favorecer a compreensão da lenda dos Reis Magos;<br>- Promover o contacto intergeracional;<br>- Proporcionar momentos de convívio e confraternização.                                                                                                                                                                        |
| Fevereiro | <b>Dia dos Namorados (14/2)</b><br>- Escrita/ ilustração de mensagens de amor/amizade e esperança, em articulação com as famílias;<br>- Realização de uma atividade de culinária para as famílias e os utentes do Centro de Dia.                                                                                                 | - Explorar diferentes formas de expressar sentimentos de afeto, amor e amizade.<br>- Incentivar a participação das famílias, num espírito de partilha e amizade;<br>- Promover o contacto intergeracional, valorizando a importância do respeito pelos mais velhos.                                                                                                                                     |
|           | <b>Desfile de Carnaval (12/2)</b><br>- Elaboração de fatos de Carnaval;<br>- Canções de Carnaval;<br>- Desfile de Carnaval, em articulação com JI e EB1 de Ourense.                                                                                                                                                              | - Conhecer as características da época festiva e as tradições existentes;<br>- Fomentar o convívio entre as crianças, as instituições e as famílias.                                                                                                                                                                                                                                                    |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                        |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Março | <b>Primavera</b><br>- Histórias e canções temáticas;<br>- Trabalhos temáticos individuais e coletivos;<br>- Conversas sobre as características principais da primavera;<br>- Jogos de sons da Natureza.                                                                  | - Despertar para a compreensão do ciclo natural das estações do ano;<br>- Conhecer as características dominantes da estação do ano decorrente, recorrendo a diferentes técnicas de expressão plástica, musical e oral. |
|       | <b>Dia do Pai (19/3)</b><br>- Elaboração da prenda e cartão para oferecer ao pai;<br>- Exploração de uma canção alusiva;<br>- Elaboração do desenho do pai.                                                                                                              | - Valorizar e preservar os laços familiares;<br>- Estimular a criança para a exteriorização de sentimentos e afetos;<br>- Valorizar a figura paterna;<br>- Proporcionar e fomentar a relação escola/família.           |
|       | <b>Dia Mundial da Árvore (21/3)</b><br>- Plantação de plantas e flores em vasos, em parceria com os utentes do Centro de dia.                                                                                                                                            | - Sensibilizar as crianças para conservação e preservação da Natureza;<br>- Consciencializar a criança para a importância das árvores no nosso ecossistema;<br>- Promover a convivência entre gerações.                |
|       | <b>Dia Mundial da Água (22/3)</b><br>- Realização de experiências com água.                                                                                                                                                                                              | - Sensibilizar as crianças para preservação da Natureza;<br>- Consciencializar a criança para a importância da água.                                                                                                   |
| Abril | <b>Dia/Semana do Livro Infantil (2/4)</b><br>- Realização de atividades temáticas várias;<br>- Audição de histórias;<br>- Visita da bebeteca e/ou de um autor à creche (em articulação com o CATL);<br>- Organização de uma Feira do Livro/Recolha e/ou troca de livros. | - Iniciar o gosto pela leitura;<br>- Incentivar a preservação dos livros;<br>- Conhecer a importância dos livros.                                                                                                      |
|       | <b>Páscoa (21/4)</b><br>- Histórias, canções e poesias;<br>- Confeção do tradicional bolo da Páscoa;<br>- Elaboração de uma prenda alusiva.                                                                                                                              | - Conhecer os símbolos e/ou tradições da época festiva em curso;<br>- Incutir valores de partilha e solidariedade;<br>- Proporcionar o convívio e interação da comunidade educativa.                                   |
| Maio  | <b>Dia da Mãe (2/5)</b><br>- Elaboração da prenda e do postal para a mãe;<br>- Realização de uma atividade de culinária.                                                                                                                                                 | - Valorizar o papel da mãe na família e na sociedade.<br>- Valorizar os laços familiares e compreender a sua importância.                                                                                              |
|       | <b>Dia da Família (15/5)</b><br>- Realização de uma atividade temática em articulação com as famílias.                                                                                                                                                                   | - Incentivar a valorização da família como elo afetivo;<br>- Partilhar experiências entre crianças e famílias.                                                                                                         |
|       | <b>Dia Internacional do Brincar (28/5)</b><br>- Participação em atividades lúdicas;                                                                                                                                                                                      | - Proporcionar à criança momentos de convívio, alegria e prazer;<br>- Promover a autoestima e a valorização pessoal;<br>- Incentivar a amizade e o espírito de partilha.                                               |
| Junho | <b>Santos Populares</b><br>- Elaboração de diversos trabalhos individuais e coletivos alusivos;<br>- Audição de canções temáticas;<br>- Exploração das marchas populares.                                                                                                | - Conhecer e valorizar a História e tradições do nosso país;<br>- Favorecer a expressão, através da representação, da música e da dança;<br>- Promover a interação da comunidade educativa.                            |



*Handwritten signature and initials*

|              |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                            |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | <b>Dia Mundial da Criança (1/6)</b><br>- Participação em atividades lúdicas;<br>- Oferta de uma prenda do dia da criança.                                                 | - Proporcionar momentos de convívio, alegria e prazer;<br>- Promover a autoestima e a valorização pessoal.                                                                 |
|              | <b>Passeio à Praia de Mira (19/6) (Sala 24/36)</b><br>- Realização de um passeio, com almoço-convívio, à Praia de Mira, em articulação com os utentes do Centro de Dia.   | - Promover o contacto intergeracional;<br>- Proporcionar momentos de convívio e partilha.                                                                                  |
|              | <b>Passeio ao Montinho (25/6) (Sala 24/36)</b><br>- Realização de um almoço-convívio na localidade do Montinho, juntamente com os utentes do Centro de Dia.               | - Promover o contacto intergeracional;<br>- Proporcionar momentos de convívio e partilha.                                                                                  |
| Julho/Agosto | <b>Verão</b><br>- Conversas sobre o verão;<br>- Histórias e canções temáticas;<br>- Trabalhos individuais e coletivos alusivos.                                           | - Conhecer as características da estação do ano;<br>- Distinguir peças de vestuário de verão;<br>- Alargar o vocabulário.                                                  |
|              | <b>Festa Final de Ano (16/7)</b><br>- Apresentação de várias atuações como súmula das aprendizagens realizadas ao longo do ano.                                           | - Celebrar o término do ano letivo;<br>- Apresentar conceitos adquiridos ao longo do ano;<br>- Proporcionar momentos de convívio e partilha junto da comunidade educativa. |
|              | <b>Passeio às Sete-Fontes (23/7) (Sala 24/36)</b><br>- Realização de um almoço-convívio na localidade das Sete-Fontes, juntamente com os utentes do CATL e Centro de Dia. | - Promover o contacto intergeracional;<br>- Proporcionar momentos de convívio e partilha.                                                                                  |
|              | <b>Jantar-convívio de Fim de Ano (12/8)</b>                                                                                                                               |                                                                                                                                                                            |

➤ **Atividades Recreativas (Infância e Terceira Idade)**

| Descrição da Atividade                      | Ação a desenvolver                                           | Recursos Humanos                                 | Meta               | Prazo              | Financiamento                     |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------------------|
| Comemoração das datas festivas / relevantes | Comemorar datas anuais significativas                        | Psicóloga<br>Educadoras de Infância<br>Animadora | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Segurança Social<br>Clientes CSPO |
|                                             | Realizar passeios anuais                                     |                                                  |                    |                    |                                   |
|                                             | Realizar almoços convívio anuais, no exterior                |                                                  |                    |                    |                                   |
|                                             | Festa de Natal com Eucaristia e Almoço                       |                                                  |                    |                    |                                   |
| Promoção do relacionamento Intergeracional  | Promover o convívio entre as crianças e os idosos desta IPSS |                                                  |                    |                    |                                   |



Handwritten signature and initials in the top right corner.

### ➤ **Atividades Sociais**

- ✚ Colaboração com a Câmara Municipal de Cantanhede e os parceiros desta, nomeadamente com o CLAS, CPCJ, CLDS, Colmeia, NAVD, Programa *Abem*, no sentido de apoiar, em várias áreas, as famílias carenciadas da freguesia de Ourentã;
- ✚ Colaboração com o Serviço Local de Ação Social de Cantanhede (Segurança Social), na gestão de processos de RSI, Pensões Sociais, Cantina Social, Ajuda Técnicas, Vagas Cativas, POAPCM, FGADM, entre outros;
- ✚ Manter o Gabinete de Apoio Social (G.A.S.).

### ➤ **Gabinete de Apoio Social (G.A.S.)**

#### **Objetivos**

- ✚ Apoiar os sócios do CSPO na resolução de problemas de carácter social;
- ✚ Esclarecer os futuros pais dos seus direitos e deveres para com a Segurança Social;
- ✚ Esclarecer os pais sobre os direitos das crianças relativamente ao Abono de Família;
- ✚ Promover a integração dos jovens junto da comunidade de Ourentã, através das sessões promovidas pelo CSPO e através de protocolos a estabelecer com a Associações;
- ✚ Apoio no encaminhamento para realização de atividades da ocupação dos tempos livres, estágios e primeiro emprego;
- ✚ Esclarecer os idosos sobre os diversos complementos da Segurança Social;
- ✚ Auxílio na procura de emprego;
- ✚ Esclarecer as famílias carenciadas sobre os possíveis apoios por parte da Segurança Social.

#### **População alvo**

Infância, juventude, casais jovens, idosos, população desempregada e famílias carenciadas



*Hale*  
*[Handwritten signature]*

| Descrição da Atividade | Ação a desenvolver                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Recursos Humanos  | Prazo              | Divulgação | Financiamento |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------|------------|---------------|
| Desenvolver o GAS      | Apoio aos sócios deste CSPO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Direção Psicóloga | Janeiro a Dezembro | CSPO JFO   | CSPO          |
|                        | Apoio nas prestações sociais, nomeadamente nos processos de Rendimento Social de Inserção (RSI) da freguesia de Ourense e Sepins, no Fundo de Garantia de Alimentos Devidos a Menores (FGADM), nas vagas cativas e nos apoios económicos pontuais, em colaboração com a Segurança Social; Apoio através da Cantina Social e do Programa Operacional de Apoios a Pessoas mais Carenciadas (POAPMC), em colaboração com a Santa Casa da Misericórdia de Cantanhede. |                   |                    |            |               |
|                        | Apoio a famílias desfavorecidas da freguesia de Ourense.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                   |                    |            |               |
|                        | Apoio de carácter geral, a quem o solicitar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   |                    |            |               |

**Coordenação:** Ana Pardal (Psicóloga)

**Horário de funcionamento:** Segunda-feira a Sexta-feira: 9h-13h30m / 14h30m-17h00m

**E-mail:** [gas@cspo.pt](mailto:gas@cspo.pt)



*[Handwritten signature]*

## ➤ **Gabinete de Apoio Médico**

### **Consultas de Medicina Geral**

#### **Objetivos**

- ✚ Apoiar a área da saúde nos clientes deste CSPO (idosos e crianças);
- ✚ Possibilitar o acesso a consultas médicas com alguma frequência.

#### **População alvo**

- ✚ Clientes do CSPO (nas instalações do CSPO uma vez por mês);
- ✚ Sócios com Plano Curativa (na Curativa, mediante condições protocoladas).

### **Medicação**

#### **Serviço**

- ✚ Pedido e entrega de medicação na sede do CSPO mediante apresentação de receitas médicas. Nas farmácias referenciadas, desconto de 10% em toda a medicação.

#### **População alvo**

- ✚ Clientes do CSPO;
- ✚ Sócios do CSPO.

**E-mail:** [gas@cspo.pt](mailto:gas@cspo.pt)

## ➤ **Gabinete de Apoio a Atividades de Tempos Livres (G.A.A.T.L.)**

O G.A.A.T.L. pretende implementar secções internas na associação e garantir parcerias com o objetivo de criar atividades de ocupação de tempos livres da população, com vantagens para os sócios do CSPO, bem como nas valências da IPSS.

Das atividades em curso ou a iniciar brevemente, destacam-se o **Teatro, a Atividade Física para todos, o Karaté para Crianças, a Música,...**

Outros objetivos são a criação de programas de férias, programa de apoio letivo, extra-escolar, etc.

**Coordenação:** Ana Raquel Carvalho (Animadora Cultural)

**Horário de funcionamento:** Segunda-feira a Sexta-feira: 11h-12h30m / 16h00-19h00m

**E-mail:** [atl@cspo.pt](mailto:atl@cspo.pt)



*Handwritten signature and initials*

## ➤ Gabinete de Bebê Solidário

### **População alvo**

- ✚ Residentes na Freguesia de Ourense e / ou clientes/utentes do CSPO;
- ✚ Crianças integradas numa família com Rendimento *per capita* igual ou inferior ao salário mínimo nacional em vigor.

Para um bom funcionamento do Bebê Solidário, pense nos pequenos gestos que podem ser tão importantes para uma família ou para uma criança. Seja solidário. Dirija-se ao CSPO e ajude com coisas simples.

O CSPO tem inscrições permanentemente abertas para a Creche, com possibilidade de transporte e custos reduzidos na aquisição de bibe e panamá.

**Coordenação:** Carina Rodrigues (Educadora / Coordenadora pedagógica da Creche)

**Horário de Funcionamento:** Segunda-feira a Sexta-feira: 9h-13h30m / 14h30m-17h00m

**E-mail:** [creche@cspo.pt](mailto:creche@cspo.pt)

## ➤ Fornecimento de Refeições (J.I. e E.B.1 de Ourense)

| Descrição da Atividade                            | Ação a desenvolver                                                                                                    | Recursos Humanos                            | Meta            | Prazo      | Financiamento   |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------|------------|-----------------|
| Fornecimento de refeições ao J.I. e E.B.1 Ourense | Servir as refeições aos alunos, de acordo com o protocolo estabelecido com a Empresa UNISELF e com as normas de HACCP | Nutricionista<br>Psicóloga<br>Colaboradoras | Janeiro a Julho | Ano letivo | UNISELF<br>CSPO |

## 6. Organização de Serviços

| Domínio da Ação                                           | Ação a desenvolver                                                                                                                                        | Recursos Humanos                                                                                                       | Meta               | Prazo              | Financiamento                                  |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------|------------------------------------------------|
| Respostas Sociais                                         | Melhorar a qualidade dos serviços prestados em todas as respostas sociais                                                                                 | Direção<br>Psicóloga<br>Educadoras de Infância<br>Colaboradoras                                                        | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Financiamento próprio                          |
| Sistema de Qualidade Alimentar - HACCP                    | Manter a certificação em HACCP conseguida em 2013                                                                                                         | Direção<br>Eng. Alimentar<br>Psicóloga<br>Colaboradoras                                                                | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Financiamento próprio                          |
| Higiene e Segurança no Trabalho - Medidas de Autoproteção | Cumprimentos das medidas de Autoproteção                                                                                                                  | Direção<br>Técnica Superior de Higiene e Segurança no trabalho<br>Psicóloga<br>Educadoras de Infância<br>Colaboradoras | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Financiamento próprio                          |
| Formação                                                  | Encaminhar funcionárias para formação na área de serviço; elaborar candidatura ao Novo Quadro Comunitário no âmbito da medida Capacitação para a Inclusão | Direção<br>Psicóloga                                                                                                   | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Financiamento próprio<br>Financiamento público |

## 7. Sustentabilidade da IPSS

| Domínio da Ação                               | Ação a desenvolver                                                                                                          | Recursos Humanos                                                             | Meta               | Prazo              | Divulgação                                 | Financiamento         |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------|--------------------------------------------|-----------------------|
| Divulgação da IPSS/<br>Angariação de clientes | Divulgar o trabalho desenvolvido pela IPSS com o objectivo de alargar o número de frequências em todas as respostas sociais | Direção<br>Psicóloga<br>Educadoras de Infância<br>Colaboradoras              | Janeiro a Dezembro | Janeiro a Dezembro | Cartazes<br>Folhetos<br>Imprensa<br>E-mail | Financiamento próprio |
| Sócios                                        | Angariar novos sócios para a IPSS                                                                                           | Direção<br>Psicóloga<br>Educadoras de Infância<br>Colaboradoras              | Janeiro a Dezembro |                    | Cartazes<br>Folhetos<br>Imprensa<br>E-mail |                       |
| Donativos                                     | Incentivar/Estimular os donativos                                                                                           | Direção<br>Psicóloga<br>Educadoras de Infância<br>Animadora<br>Colaboradoras | Janeiro a Dezembro |                    | Cartazes<br>Folhetos<br>Imprensa<br>E-mail |                       |
| Atividades de angariação de fundos            | Realizar Sorteio - Rifas (Creche)                                                                                           | Educadoras de Infância<br>Psicóloga<br>Colaboradoras                         | Janeiro a Dezembro |                    | .....                                      |                       |
|                                               | Almoços/jantares de solidariedade                                                                                           | Direção<br>Educadoras de Infância<br>Psicóloga<br>Animadora<br>Colaboradoras |                    |                    | Cartazes<br>Folhetos<br>Imprensa<br>E-mail |                       |
|                                               | Feiras Temáticas                                                                                                            | Educadoras de Infância<br>Psicóloga<br>Colaboradoras<br>Animadora            |                    |                    | Cartazes<br>Folhetos<br>Imprensa<br>E-mail |                       |
| Candidaturas                                  | Realizar candidaturas diversas (IEFP, Novo quadro Comunitário - Portugal 2020)                                              | Direção<br>Psicóloga                                                         | Janeiro a Dezembro |                    | .....                                      |                       |

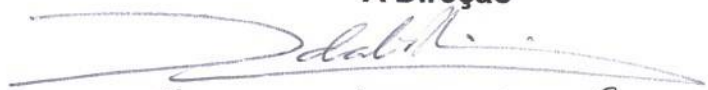


## 8. Investimentos previstos

- ✚ Aquisição de terrenos para ampliação de instalações – 50.000,00€;
- ✚ Aquisição de equipamentos básicos – 5.000,00€;
- ✚ Obras de construção civil em edifício – 150.000,00€.

Ourense, 20 Novembro de 2020

**A Direção**

  
+ Helena Fernandes  
+   
João  
+   
Fernando Assunção