



CENTRO DE BEM ESTAR SOCIAL DE REGUENGO



Largo da Casa do Povo S/N, Reguengo 7300-404 Portalegre

Contatos: 245205222/ 968430923

Correio eletrónico institucional: cbesreguengo@sapo.pt

Site institucional: www.centrosocialreguengo.com



ÍNDICE

NOTA INTRODUTÓRIA

FINALIDADE

APRESENTAÇÃO INSTITUCIONAL

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

ATIVIDADES INSTITUCIONAIS DE ÂMBITO GERAL

ATIVIDADES EDUCATIVAS E SOCIOCULTURAIS

ÁREAS DE INTERVENÇÃO/SERVIÇOS A PRESTAR

NOTAS FINAIS



NOTA INTRODUTÓRIA

O presente programa sistematiza as diversas propostas de ação e os objetivos estratégicos para o ano de 2023. Salienta-se que as atividades apresentadas foram definidas tendo por base a Missão, a Visão e os Valores do Centro de Bem Estar Social de Reguengo, bem como as orientações estratégicas para o período 2023.

Face à conjuntura nacional atual pretende-se para 2023 a otimização dos serviços prestados através da racionalização dos recursos existentes, através da criação de formas diversificadas de fontes de financiamento, como a dinamização de atividades de carácter social com a finalidade de angariação de fundos, assim como a redução das despesas ao nível da estrutura e do funcionamento, procurando melhorar a qualidade de serviços prestados, dos bens produzidos e também o reforço da imagem do CBESR.

As linhas de ação para 2023 assentam nos critérios de eficiência, eficácia e qualidade, tendo em vista a existência de uma organização sustentável por via da sua ação operacional, com o objetivo de melhorar as praticas de gestão e organização e, conseqüentemente, a qualidade dos serviços aos nossos beneficiários.

FINALIDADE

O presente plano de ação tem como finalidade descrever as atividades que o Centro de Bem Estar Social de Reguengo se propõe desenvolver durante o ano de 2023 tendo por base a sua missão, a sua visão, os seus valores, bem como os seus objetivos estratégicos.

APRESENTAÇÃO INSTITUCIONAL

O Centro de Bem Estar Social de Reguengo (CBESR) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que presta serviços à comunidade, através das respostas sociais de Serviço de Apoio Domiciliário e de Centro de Dia, dando apoio à família e a idosos, o que contribui para a solidariedade e promoção do desenvolvimento da freguesia, bem como do bem-estar da sua população.

O Centro de Bem Estar Social de Reguengo tem como **missão** prestar serviços de qualidade e rumar para a excelência, alargar e criar novas respostas sociais para satisfazer necessidades e expetativas da comunidade, bem como aumentar a sustentabilidade da instituição através de projetos inovadores.



O Centro de Bem Estar Social de Reguengo desenha a sua **visão** estratégica direcionada para a melhoria da qualidade dos serviços à comunidade através do modelo de gestão organizacional, potenciando a melhoria contínua junto dos seus trabalhadores, parceiros e entidades envolvidas na sua ação, de modo a ser reconhecida como entidade local preponderante na intervenção social e áreas afins.

A atividade da Instituição é pautada pelos seguintes **valores**:

Solidariedade: auxiliar de forma desinteressada e movida pela convicção da justiça e igualdade;

Humanização: ir ao encontro do utente considerando todas as suas dimensões, respeitando a individualidade e o seu projeto de vida;

Afetividade: criar um ambiente acolhedor e de confiança;

Coesão e profissionalismo: valorizar o trabalho em equipa; a interajuda; privilegiando o bom ambiente, o respeito e a união. Assumir o compromisso em apostar na seleção e formação contínua da sua equipa de trabalhadores, para que as suas práticas assentem em princípios máximos de ética, empenho e dedicação, para que o trabalho de cada um e de todos seja reconhecido;

Cooperação: atuar de forma dinâmica com os clientes, famílias, parceiros e comunidade;

Responsabilidade: atuar de forma responsável e transparente em todas as partes interessadas;

Igualdade: promover a igualdade e a não discriminação;

Inovação: apostar na diferenciação, desenvolvendo diariamente um trabalho assente na inovação e criatividade;

Eficiência: na gestão dos seus recursos, potenciando a melhoria contínua e satisfação junto dos seus utentes, colaboradores, fornecedores, parceiros e comunidade.

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

O CBESR tem como objetivos estratégicos:

- ✓ Preservar a sua identidade e posicionamento na esfera de intervenção social, bem como acautelar a autonomia e sustentabilidade;
- ✓ Promover a divulgação das respostas sociais de Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia, no sentido de aumentar o número de clientes;
- ✓ Fomentar a coesão interna e o espírito de equipa em toda a Instituição;
- ✓ Reforçar as relações de proximidade com todos os parceiros promovendo a inovação e o desenvolvimento, designadamente através da participação em consórcios e parcerias estratégicas e do desenvolvimento de projetos nacionais e transnacionais nos diferentes domínios da atividade institucional;



- ✓ Adotar a melhoria contínua como uma prática permanente e capaz de introduzir as mudanças necessárias no caminho da qualidade dos serviços, dos processos de trabalho, da formação e qualificação dos recursos humanos;
- ✓ Aumentar os níveis de sustentabilidade, apoiados na redução dos custos operacionais e de funcionamento e, simultaneamente, incrementar o aumento das receitas, criando novos serviços e novas respostas, suportados em mecanismos de eficiência e eficácia organizacional;
- ✓ Aumentar a satisfação dos associados e clientes ao nível da qualidade dos serviços prestados, desenvolvendo ações de controlo interno e auscultação dos utentes e associados;
- ✓ Elevar os níveis de qualificação profissional dos recursos humanos e as suas competências técnicas e relacionais, suportada na promoção de ações de formação internas e motivando à participação e frequência de ações externas;
- ✓ Promover o desenvolvimento comunitário e o reforço da igualdade de oportunidades numa dinâmica de parceria e de trabalho em rede com entidades públicas e privadas.

ATIVIDADES INSTITUCIONAIS DE ÂMBITO GERAL

A Direção do Centro de Bem Estar Social de Reguengo traçou para o ano de 2023 as seguintes atividades de âmbito geral:

- ✓ Desenvolver atividades e iniciativas que se pautem por princípios e condutas que dignifiquem o prestígio e a imagem externa do CBESR, sempre num espaço de intervenção cívica assente numa cultura de solidariedade;
- ✓ Reforçar a consolidação económico-financeira da Instituição, numa lógica de sustentabilidade dos projetos de cariz social;
- ✓ Promover a sensibilização interna e externa para a redução de custos em diversas rubricas, nomeadamente, eletricidade, água, comunicações, combustíveis e outros bens e serviços;
- ✓ Compatibilizar o aumento das condições de conforto e humanismo de todos os utentes, com a racionalização da gestão dos recursos;
- ✓ Continuar a interagir com os parceiros sociais ou outras entidades ao nível da Freguesia e do Concelho (União das Juntas de Freguesia, Associações Locais, Câmara Municipal, Instituições Particulares de Solidariedade Social, etc);
- ✓ Continuar a aceitar alunos estudantes do Instituto Politécnico de Portalegre e outras estruturas de ensino que permitam a dinamização de trabalhos de investigação e projetos técnicos/pedagógicos com o público-alvo existente;
- ✓ Continuar a realizar candidaturas para estágios e medidas de emprego do IEFP;
- ✓ Continuar a implementar o sistema de SHST e HACCP;



- ✓ Continuar a implementar o sistema de gestão da qualidade das respostas sociais baseado nos manuais do ISS, IP;
- ✓ Angariar fundos para colmatar necessidades aferidas pela Direção e pelos colaboradores da Instituição,
- ✓ Promover ações de formação às colaboradoras do CBESR, de forma a assegurar a melhoria contínua da qualidade dos serviços prestados aos nossos utentes e seus familiares;
- ✓ Continuar a admitir novos utentes para as duas respostas sociais (CD e SAD);
- ✓ Adquirir mobiliário geriátrico e equipamento adequado às necessidades dos utentes (mobiliário para sala de refeição/convívio; cadeirões articulados; ajudas técnicas, etc.);
- ✓ Intenção de investimento para melhorar e ou adequar as infraestruturas do Centro de Bem Estar de Reguengo com a requalificação/construção de raiz de uma obra para a construção de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), visto ser uma necessidade de encaminhamento para os nossos utentes de CD e SAD, assim como outros interessados que nos solicitam para integrar esta resposta social;
- ✓ Intenção de aquisição de uma viatura elétrica adaptada ao Serviço de Apoio Domiciliário no âmbito da candidatura, já aprovada, pelo PRR – Mobilidade Verde Social – Veículos Elétricos – SAD (Aviso N.º 01/C03-i01/2021)
- ✓ Realizar candidaturas a diversos programas e/ou projetos com financiamento da União Europeia e/ou fundos de economia social, de inovação e empreendedorismo financiado pelo estado e/ou privados caso surja a necessidade e/ou oportunidade. O CBESR poderá realizar andidaturas nos seguintes âmbitos (Gulbenkian, Montepio, BPI, IRN- Instituto Nacional para a reabilitação, EDP, PARES- Programa de alargamento de Rede de Equipamentos Sociais, MAREESS, PRR-Plano de Recuperação e Resiliência, entre outros;
- ✓ Manter a filiação do Centro Social de Reguengo na UDIPSS (União Distrital das IPSS's);
- ✓ Realizar candidatura no âmbito da atual situação vivida no mundo e em Portugal devido a situação pandémica, do covid e da Guerra procurando dar respostas às medidas e soluções;
- ✓ Continuar a participar como parceiro da Rede Social do Concelho de Portalegre;
- ✓ Dar continuidade, como promotores, ao projeto "Envelhecer com Alegria, Sabedoria e Boas Lembranças";
- ✓ Intenção de investimento para melhorar e/ou adequar as infraestruturas do CBESR, no âmbito da cozinha, dotando-a com as melhores práticas e princípios gerais de higiene alimentar .Desta forma, continuares a preservar e confeccionar alimentos para todos os nossos utentes, colaboradores e comunidade em geral;



- ✓ Intenção de investimentos nas infraestruturas do CBESR (sala de ATL), e se necessário, efetuando trabalhos de empreitada para salvaguardar a possibilidade de utilização do espaço para serviços administrativos;
- ✓ Continuar a trabalhar em rede com todos os nossos parceiros;
- ✓ Adaptar e alterar, sempre que necessário o Plano de Contingência e o Plano de Limpeza e Higienização com todas as orientações e normas da Direção Geral de Saúde de forma a mitigar a possibilidade de contágio ao Covid-19, garantindo a segurança da comunidade, através de condições específicas de funcionamento.

ATIVIDADES EDUCATIVAS E SOCIOCULTURAIS

A Diretora Técnica do Centro de Bem Estar Social de Reguengo traçou para o ano de 2023 várias atividades educativas e socioculturais, das quais passamos a apresentar as mais relevantes:

| ÁREAS DE INTERVENÇÃO/ SERVIÇOS A PRESTAR | | | |
|---|---|----------------|--|
| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
| Apoio psicossocial | Acompanhamento individual e ou familiar. Promoção de saúde mental e bem-estar psicológico. | Todo o ano | Intervenção individual ou familiar no sentido de promover alterações na situação. |
| Atendimento a utentes e familiares | Atender, acolher, encaminhar e acompanhar indivíduos e famílias. Avaliar situações | Todo o ano | Atendimento presencial e Visitas domiciliárias. Promover a integração social de indivíduos e famílias em situação de disfunção socioeconómica |
| Melhorar a organização dos serviços prestados | Continuação das reuniões mensais entre Direção e quando necessário com a Direção técnica Promoção de reuniões mensais e/ou sempre que necessário entre a Diretora Técnica e as colaboradoras | Todo o ano | Proporcionar melhoria contínua nos serviços e funcionamento de todas as atividades do CBESR |



| | | | |
|--|---|------------|---|
| Prevenir situações de dependência | Visitas domiciliárias e atendimentos presenciais na Instituição desempenhadas pela Diretora Técnica | Todo o ano | Promover a autonomia e a qualidade de vida dos utentes/cuidadores e das famílias |
| Apoiar os utentes e as famílias na satisfação das necessidades básicas, atividades da vida diária e atividades instrumentais | Prestação dos serviços contratualizados com os utentes. | Todo o ano | Melhorar/adaptar os serviços contratualizados e cumprir o plano Individual de cuidados de cada utente |
| Promover intervenção comunitária | Aproximação da comunidade nas atividades dinamizadas em contexto institucional | Todo o ano | Combater o isolamento social Promover momentos de partilhas e experiências vividas |
| Aproximação de respostas sociais | Combater Estigmas e estereótipos que existem no público-alvo Praticar uma Metodologia de Cuidado Humanidade: para uma ética do ser e estar | Todo o ano | Maior sucesso no plano de adaptação do utente quando frequenta outra resposta social |

Resposta Social de Centro de Dia (CD)

| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
|---|---|----------------|--|
| Cumprir com as orientações da Direção Geral de saúde Manter as capacidades físicas, mentais e sociais dos idosos e a sua inclusão social na Comunidade Prestar o CD de acordo com a legislação aplicável e as orientações da Segurança Social | Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes. Combater a solidão e isolamento. | Todo o ano | Incentivar os utentes a permanecer nas instalações do Centro de Dia, assegurando e promovendo as refeições diárias, o tratamento de roupa, a higiene pessoal e a animação cultural. Identificar situações de cuidados de saúde e estabelecer contatos com médico de família e familiares responsáveis |
| Acompanhar o utente e cooperar na identificação de | Identificar, atempadamente, todas as situações de cuidados de saúde, alertando a família e encaminhamento o | Todo o ano | Proporcionar maior bem-estar físico, psíquico e social |



| | | | |
|--|---|-----------------------|--|
| necessidades a nível de saúde dos utentes | utente para os profissionais de saúde competentes. Registrar das ocorrências no processo individual do/a utente | | |
| Atividades de Apoio Social à Comunidade – Outros Apoios Sociais | | | |
| Objetivo | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
| Contribuir para a inclusão social e para a garantia de Direitos de cidadania de pessoas vulneráveis. Apoiar famílias carenciadas e idosos a nível de informação útil, preenchimento de papéis para Segurança Social e outras entidades públicas e privadas | <ul style="list-style-type: none"> - Informar sobre todos os apoios existentes implementados pelas políticas sociais - Apoio no preenchimento de formulários - Encaminhamento para outros serviços e redes de apoio formal e informal | Todo o ano | Colaborar ativamente na resolução de problemas/obstáculos a nível socioeconómico, pessoal e social |
| Resposta Social de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) | | | |
| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
| Cumprir com as orientações da Direção Geral de Saúde Prestar o SAD de acordo com a legislação aplicável e as orientações da Segurança Social. Contribuir para a manutenção dos idosos na sua residência habitual garantindo e protegendo os seus Direitos e melhorando as suas condições de vida e de inclusão social. | <ul style="list-style-type: none"> - Fornecimento de refeições - Higiene pessoal do utente - Tratamento de roupas e higiene Habitacional - Auxílio em pequenas tarefas no domicílio do utente, ex: pagamento de água e eletricidade, marcação de exames médicos, análises clínicas - Transporte dos utentes - Acompanhamento ao exterior - Promover a comemoração do aniversário – Outra a definir pela direção | Todo o ano | Aumentar o número de serviços por utente – Outros a definir pela direção |



| | | | |
|---|---|-------------------|--|
| <p>Acompanhar o utente e cooperar na identificação de necessidades a nível de saúde dos utentes (serviço de apoio domiciliário)</p> | <p>Visitas da Diretora Técnica ao domicílio dos utentes para identificar situações de cuidados de saúde, dando indicação do seu diagnóstico ao familiar responsável pelo utente ou acompanhamento realizados por telefone tendo em conta a evolução da pandemia</p> | <p>Todo o ano</p> | <p>Responder atempadamente a todas as situações de cuidados de saúde, encaminhando-as para profissionais competentes</p> |
| <p>Divulgar os serviços da entidade</p> | <p>Visitas da Diretora Técnica aos domicílios dos utentes para divulgação de serviços e outras informações respeitantes aos idosos e do seu interesse</p> | <p>Todo o ano</p> | <p>Alargar a prestação de serviços e cuidados individualizados</p> |

Nova Resposta Social – Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)

| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
|--|--|-------------------|---|
| <p>Criar uma resposta social destinada a alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente para idosos</p> | <p>Articulação em equipa do projeto Promoção de reuniões para definir estratégias para a candidatura a financiamento/ realização da obra Marcação e desenvolvimento de reuniões com a Segurança Social, autarquia e entidades financiadoras Identificação de financiamentos públicos e/ou privados para a obra (elaboração de candidaturas a financiamento) Organização de atividades para angariação de financiamento</p> | <p>Todo o ano</p> | <p>Acompanhamento e Aprovação da candidatura Angariação de financiamentos para a construção da infraestrutura Criação de uma nova resposta social</p> |

Aprovado



| Atividades Lúdico Recreativas – Comemoração de dias festivos | | | |
|---|---|---------------------|--|
| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
| Proporcionar momentos de diversão/convívio e bem-estar entre os vários utentes. Valorizar a autoestima e autoconceito | A definir | Fevereiro | Convívio Geracional |
| Fomentar o convívio e a consciência de preservação do ambiente | Celebração da Primavera Celebração do Dia da Arvore Plantação de flores em vasos | Março - Junho | Convívio Geracional |
| Proporcionar momentos de bem-estar. Reflexão espiritual e religiosa | Mês de Maria Festa da Páscoa Santos Populares | Maior, Abril, Junho | Convívio Geracional |
| Promover a aproximação com a família. Promover o convívio geracional | Dia dos avós | Julho | Satisfação dos Utentes |
| Promover o convívio intergeracional (crianças, idosos e colaboradores). Estreitar as relações entre os utentes da instituição. Valorizar o papel do idoso na sociedade. Proporcionar momentos de alegria | Semana do Idoso – Semana Recreativa | Outubro | Convívio intergeracional Satisfação dos utentes |
| Informar e incentivar hábitos alimentares saudáveis | Celebração do dia mundial da alimentação. Formação sobre hábitos saudáveis de alimentação | 16 de Outubro | Adoção de hábitos de vida saudáveis |
| Promover convívio saudável de partilha entre gerações. Reviver a tradição do Magusto, uma tradição | A definir | Novembro | Convívio geracional Satisfação dos utentes |



| | | | |
|--|--|---------------------------------|---|
| portuguesa | | | |
| Desenvolver a criatividade de cada um e a motricidade fina (Atelier de Manualidades) | Iniciar a realização de trabalhos alusivos à época natalícia | Novembro | Convívio Geracional Satisfação dos utentes |
| Promover o convívio saudável e viver o espírito natalício. Proporcionar momentos de bem-estar. Reflexão espiritual e religiosa. Desenvolver a criatividade e motricidade fina. Ampliar a consciência social. | Decoração do Centro de Dia Festa de Natal – Almoço Convívio de Natal | Dezembro | Convívio geracional Satisfação dos utentes Convívio |
| Fomentar o convívio e as relações interpessoais. Valorizar a autoestima e autoconceito | Comemoração dos aniversários dos utentes | Todo o ano no final de cada mês | Convívio geracional Satisfação dos utentes |

Atelier de Manualidades/ Atividades Artísticas

| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
|--|---|----------------|---|
| Desenvolvimento e estimulação da criatividade e da motricidade fina, coordenação psicomotora. Incentivar o trabalho de grupo e reforçar os laços sociais. Desenvolvimento de linguagem criativa e de expressão artística | Executar trabalhos em papel utilizando técnicas de corte, colagem, pintura, construção. Trabalhar com recurso a materiais reciclados. Execução de trabalhos para festas. Trabalhos em feltro. Pequenos arranjos. Quadros. Trabalhos para a decoração da instituição | Todo o ano | Realizar diversos trabalhos manuais ao longo do ano, para exposições e venda de Natal. Contribuir para a independência pessoal, melhoria da qualidade de vida dos participantes e maior autonomia na realização das AVD |

Atelier de Música

| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
|--|------------|----------------|--|
| Potenciar as capacidades cognitivas. Proporcionar momentos de alegria, | | | Melhoria da qualidade de vida dos participantes e maior autonomia na |



| | | | |
|---|--|-----------------------|---|
| convívio e distração. Partilha de experiências e participação ativa de todos. Fomentar e incentivar o reforço dos laços sociais e interação do grupo. Reviver cantares tradicionais | Dinamização de atividades de musicoterapia, entre outros | Todo o ano | realização das AVD e instrumentais. Independência pessoal e maior autoestima |
| Atelier de culinária | | | |
| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
| Aquisição de competências para a confeção de refeições simples e económicas. Sensibilização para a importância de uma alimentação saudável | Confeção de receitas várias | Todo o ano | Melhoria da qualidade de vida dos participantes e maior autonomia na realização das AVD e instrumentais. Independência pessoal e maior autoestima |
| Atelier de Ginástica | | | |
| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
| Desenvolver a psicomotricidade. Estimular a coordenação motora. Melhorar a condição física e promover a socialização. Retratar e diminuir situações de dependência. Ir ao encontro de necessidades sentidas | Ginástica passiva com bolas, fitas, balões. Caminhadas: dinamização de um grupo para percorrer um percurso previamente estabelecido. Exercícios de aquecimento e relaxamento | Todo o ano | Contribuir para a melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na execução das atividades diárias. Maior independência e autonomia de cada um |
| Atelier de Estimulação Cognitiva/ Sensorial em Grupo | | | |
| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
| Promover/ Desenvolver a orientação. Estimular a capacidade de memorizar. Trabalhar a atenção e concentração. Desenvolver e estimular a capacidade de linguagem e aritmética. | Exercício de orientação temporal, espacial e pessoal. Exercícios de conhecimento e realização de ações. Exercícios de reconhecimento e manipulação espacial. Exercícios de tarefas verbais | | Contribuir para: a independência pessoal, a melhoria da qualidade de vida dos participantes, aumentar a autonomia na realização das AVD e instrumentais. Reforço da autoestima. Partilha de conhecimentos |

Aprovado



| | | | |
|--|---|-------------------|--|
| <p>Reagir ao estímulo dos cinco sentidos. Ir ao encontro das necessidades sentidas</p> | <p>sobre as partes do corpo. Jogos de reconhecimento da sua própria imagem. Exercícios de memória recentes, imediata, episódica e semântica. Jogos de destreza manual. Exercícios de compreensão/ conhecimento numérico e cálculo. Exercícios de leitura e escrita. Jogos de memória. Exercícios/ jogos de reconhecimento dos sentidos. Reagir aos diferentes sabores. Diferenciar alguns cheiros. Distinguir sons de animais etc</p> | <p>Todo o ano</p> | |
|--|---|-------------------|--|

Atividades Educativas/ Formativas

| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
|--|---|-----------------------------------|--|
| <p>Ações de sensibilização/ formação na área da saúde ao nível da prevenção primária, no âmbito da geriatria</p> | <p>Promoção de comportamentos e estilos de vida saudáveis. Formar e educar para a saúde e prevenção de doenças Técnicas no âmbito de atuação geriátrica</p> | <p>A definir com as parcerias</p> | <p>Organizar e promover sessões temáticas: Alzheimer, hipertensão, doenças cardiovasculares, alimentação, exercício físico, diabetes, reumatismo, osteoporose, saúde mental. Rastreios diversos. Geriatría</p> |
| <p>Leitura de jornais e revistas, tv, jogos de mesa: damas, cartas, dominó e loto</p> | <p>Estar informado, troca de ideias e conhecimentos entre os utentes/ debate</p> | <p>Diariamente</p> | <p>Organizar grupos de discussão e leitura com regularidade</p> |
| <p>Prestação de cuidados pessoais/imagem e conforto</p> | <p>Promoção de autoestima. Contribuir para manter uma aparência cuidada</p> | <p>Mensal</p> | <p>Proporcionar periodicamente aos utentes os meios para terem cuidados de imagem e conforto nas instalações do CBESR</p> |

Passeios intergeracionais/ Visitas Culturais



| Objetivos | Atividades | Calendarização | Resultados esperados |
|--|--|-----------------------------------|--|
| <p>Alargar os horizontes da imaginação dos idosos. Permitir novas descobertas Intercâmbio sociocultural Favorecer o convívio e a troca de experiências e vivências</p> | <p>Promoção do envelhecimento ativo. Promoção de autonomia e menos dependência Incentivar a colaboração de outros parceiros para a dinamização das atividades (trabalho em rede)</p> | <p>A definir com as parcerias</p> | <p>Proporcionar momentos de convívio e partilha</p> <p>Descoberta de novos conhecimentos/novos espaços (culturais, sociais, ambientais, educacionais, etc)</p> |
| Atividades Temáticas | | | |
| Janeiro | 11 de Janeiro | | Dia internacional do Obrigado |
| Fevereiro | 13 de Fevereiro 14 de Fevereiro | | Dia Mundial da Rádio Comemoração do Dia dos Namorados |
| | 21 de Fevereiro | | Carnaval |
| Março | 8 de Março | | Dia Internacional da Mulher |
| | 22 de Março | | Dia Mundial da Água |
| Abril | 7 de Abril | | Dia Mundial da Saúde |
| | 9 de Abril | | Páscoa |
| Maiο | 1 de Maio | | Dia do Trabalhador |
| | 7 de Maio | | Dia Internacional do Riso |
| | 15 de Maio | | Dia Internacional da Família |
| Junho | 1 de Junho | | Dia Mundial da Criança |
| | 10 de Junho | | Dia de Portugal |
| | 13 de Junho (Sto. António) 24 de Junho (São João) 29 de Junho (São Pedro) | | Comemoração dos Santos Populares |
| Julho | 26 de Julho | | Dia dos Avós |
| | 30 de Julho | | Dia Internacional do Amigo |
| Setembro | 21 de Setembro | | Dia Mundial da Doença de Alzheimer |
| | 29 de Setembro | | Dia Mundial do Coração |
| Outubro | 1 de Outubro | | Dia do Idoso e Dia da Música |
| | 9 de Outubro | | Dia Mundial dos Correio |
| | 16 de Outubro | | Dia Mundial da Alimentação |



| | | |
|------------------------------------|---|--|
| | 17 de Outubro | Dia Internacional para Erradicação da Pobreza |
| | A definir | Dia da Igualdade |
| | 28 de Outubro | Dia Mundial da Terceira Idade e Dia Internacional da Animação |
| Novembro | 11 de Novembro | Dia de São Martinho e Dia do CBESR |
| | 14 de Novembro | Dia Mundial de Diabetes |
| Dezembro | Todo o mês de Dezembro | Preparativos para atividade alusivas ao Natal (decoração, feira de natal, festa institucional, entre outros) |
| Comemoração de Aniversários | Todos os meses, aquando do dia de aniversário dos utentes e colaboradoras | |



NOTAS FINAIS

A Direção do Centro de Bem Estar Social de Reguengo, consciente das responsabilidades que assumiu e do trabalho que o espera num contexto económico e social extremamente difícil, procurou com economia dar resposta às necessidades identificadas como mais prementes sem descurar o equilíbrio financeiro da instituição e a qualidade dos serviços por este prestados.

O cabal cumprimento destes propósitos exige o envolvimento de todos os associados, a colaboração estratégica dos demais órgãos sociais e ao empenho contínuo de todos os colaboradores.

O presente Plano de Ação, poderá ser sujeito a alterações circunstanciais, caso assim se justifique, devido às alterações epidemiológicas do Covid-19.



Presidente da Direção

(Eduardo Filipe Castanho Guedelha - Associado N.422)

Vice-Presidente da Direção

(Benvindo Manuel Miranda Roque - Associado N.º3)

Secretário

(Armando José Miranda Campino - Associado N.º 33)

Tesoureiro

(José Manuel Bonito Vaz - Associado N.º 81)

Vogal

(Marta Cristina da Piedade Mendes Pestana - Associada N.º 549)

Presidente da Mesa da Assembleia-Geral

(Francisco José Lourenço Monteiro - Associado N.º 420)