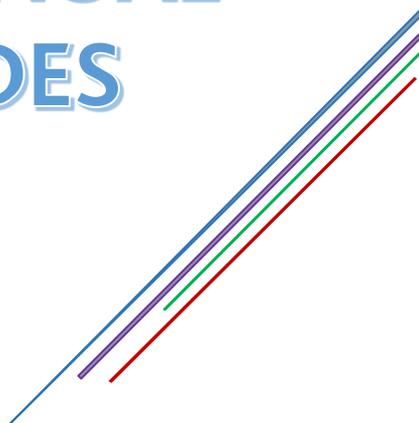




RELATÓRIO ANUAL DAS ATIVIDADES 2023



Apresentação geral das atividades desenvolvidas em
2023

DIREÇÃO

NOTA INTRODUTÓRIA

Se houve um ano completamente atípico, com contexto económico, social e político imprevisível e cheio de incertezas, foi o ano de 2023.

Saídos de 2 anos de pandemia totalmente condicionados e a um terceiro ano de desconfinamento com readaptação a uma nova realidade, teve como consequência efetiva em 2023, um impacto económico, social, e de saúde mental e emocional em todos os utentes e famílias, que obrigou a APOIO a reforçar os seus serviços sociais, em resposta às necessidades humanas dos nossos utentes-idosos e suas famílias.

2023, foi também um ano em que, os contextos macroeconómicos com as guerras no mundo, com o aumento da inflação das matérias-primas e das energias, obrigaram a APOIO a fazer um esforço financeiro suplementar, para acompanhar as necessidades dos utentes e das famílias que apoiamos diariamente. Em contrapartida o estado não aumentou o apoio financeiro às IPSS na mesma proporção, o que originou desequilíbrios entre a receita e os custos na gestão corrente, mas, mantendo sempre o equilíbrio e a estabilidade financeira da APOIO.

No entanto, o trabalho de intervenção social desenvolvido em 2023, não só correspondeu ao planeado, como nos conseguimos superar, tendo desenvolvido uma série de atividades que responderam às necessidades e expectativas dos nossos utentes-idosos, crianças e seus familiares.

Foram desenvolvidos vários projetos e parcerias institucionais, cujo resultado social, solidário, educativo e principalmente humano foi muito positivo.

Este relatório irá apresentar de forma sistematizada as ações desenvolvidas pelas áreas: social, educativa, cultural, projetos e financeira, da APOIO durante o ano de 2023.

O Relatório será dividido nos seguintes temas:

- Respostas Sociais
 - Centro de Dia
 - Serviço de Apoio Domiciliário
 - Cantina Social
- Resposta Educativa – creche “ninho da Cegonha”
- Cultura e Comunicação
- Recursos diversos
- Projetos desenvolvidos e Parcerias Institucionais (donativos em Dinheiro e em Géneros)
- Situação financeira e contabilística da APOIO

- Nota Final
- Relatórios sectoriais (em anexo)

Para terminar esta nota introdutória, não queremos deixar de enfatizar o agradecimento a todos os funcionários da APOIO, pelo excelente desempenho profissional e humano que tiveram ao longo do ano de 2023. O sucesso do serviço da APOIO em prol dos seus idosos-utentes e das nossas crianças em creche com o reconhecimento da comunidade pelo trabalho desenvolvido, só pôde acontecer pelo mérito do desempenho dos seus funcionários e colaboradores que colocam todos os dias os seus valores humanos ao serviço do cuidar dos outros... o nosso Muito Obrigado!...

RESPOSTAS SOCIAIS

➤ CENTRO DE DIA

O Centro de Dia – CD - é uma Resposta Social desenvolvida no nosso Centro de Dia situado no Edifício Madre Maria Clara em Outurela-Carnaxide. Valência com apoio social a 50 utentes, de segunda a sexta-feira. Esta valência incorpora uma série de serviços personalizados que passamos a descrever:

Serviços permanentes e complementares em Centro de Dia:

- Transporte de casa para o Centro de Dia
- Alimentação - pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar
- Entrega de cabazes alimentares de reforço ao serviço de fornecimento de refeições (produtos doados através do Banco Alimentar de Lisboa)
- Higiene Pessoal - efetuada no Centro de Dia
- Tratamento de roupas -efetuada na lavandaria da instituição
- Medição de tensão arterial/Medição da Glicémia/Ministração e preparação de medicação
- Execução e acompanhamento de diligências externas - consultas, exames, pagamentos despesas fixas, deslocações diversas
- Sessões de manicure, cabeleireiro e esteticista – no gabinete de estética do CD da APOIO
- Passeios e saídas lúdicas acompanhadas pelas técnicas e auxiliares de ação direta do Centro de Dia
- Atividades lúdicas, atividade física e ginástica cognitiva com as Terapeutas Ocupacionais.

- Festas temáticas organizadas entre as técnicas e os utentes, muitas das vezes com convidados externos á nossa associação.
- Atividades lúdicas desenvolvidas em parceria com as crianças da nossa creche Ninho da Cegonha
- Acompanhamento social e interação com as famílias dos idosos-utentes com as técnicas de Serviço Social
- Reuniões periódicas com as famílias dos utentes, para avaliação dos seus familiares e passar informação de como agir no processo de envelhecimento, cujas demências são elemento degenerativo do avançar da idade.
- Transporte do Centro de Dia para casa, ao fim do dia

Devido ao grupo etário elevado e às condições de dependência, de mobilidade e cognitivas dos utentes, a necessidade cada vez mais de serviço de apoio social personalizado, é uma realidade. Com a adição de serviço de Terapia Ocupacional com uma técnica permanente e de outras técnicas sociais, para além das auxiliares de ação direta de centro de dia, e ainda várias estagiárias resultantes das parcerias institucionais com várias escolas profissionais e universidades, conseguimos desenvolver, ao longo do ano, atividades com todos os utentes que, para além de lhes preencher o dia, estimulam a manutenção cognitiva e a mobilidade fina e motora.

Muitas atividades foram desenvolvidas em Centro de Dia ao longo do ano de 2023. Serão apresentadas e desenvolvidas no relatório setorial da Resposta Social (em anexo), coordenada pela diretora técnica Dra. Dulce Pereira.

➤ SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

O Serviço de Apoio Domiciliário – SAD – é uma Resposta Social que responde às necessidades de 75 idosos-utentes, funcionando 365 dias no ano, das 8:00h às 20:00h. É constituída por uma equipa técnica com formação e capacitação para desempenhar, de forma profissional e humana, as suas responsabilidades de cuidadores formais. O SAD inclui uma diversidade de serviços permanentes e complementares a que se poderão acrescentar outros serviços (ex: ajudas técnicas e consumíveis de higiene) que a APOIO disponibiliza aos utentes e famílias, para que estes tenham o maior conforto possível no seu dia-a-dia, dentro das suas casas, onde na maior parte do tempo estão acamados ou com mobilidade reduzida.

Serviços permanentes e complementares no SAD:

- Fornecimento e apoio nas refeições (pequeno-almoço, almoço, lanche, jantar), respeitando as dietas com prescrição médica;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene habitacional estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Higiene habitacional periódica
- Tratamento roupas (efetuado na lavandaria da instituição)
- Acompanhamento e transporte a diligências externas (consultas médicas e tratamentos médicos não urgentes);
- Orientação ou acompanhamento de pequenas reparações ou modificações no domicílio
- Serviço de Animação/Socialização/ e Terapia Ocupacional
- Cedência de Ajudas Técnicas e de Consumíveis de higiene

O Serviço de apoio Domiciliário da APOIO, teve sempre presente o foco no Utente-idoso, tendo em conta a sua condição de saúde e debilidades físicas e cognitivas, conciliando as suas necessidades sociais. Os afetos e a socialização, através das visitas diárias dos nossos técnicos, foram uma permanente preocupação. No entanto, o envolvimento das famílias neste processo de acompanhamento social e humano, manteve-se, despertando-as através de formação e informação, de como poderão ajudar, e de que forma, os seus familiares. Esta abordagem técnica sociofamiliar teve sucesso na manutenção da qualidade de vida dos nossos utentes-idosos no domicílio.

➤ CANTINA SOCIAL

A cantina social – CS – é uma Resposta Social onde a APOIO tem acordo com a segurança Social para serviço de 30 refeições diárias (365 dias do ano). Em parceria com a CMO e a U.F. de Carnaxide e Queijas, estes parceiros sociais são as entidades que sinalizam as pessoas e as famílias que recebem esta resposta social, e que a APOIO presta o respetivo serviço de refeição.

De salientar que em 2023, a APOIO teve de solicitar apoio financeiro à CMO para complementar o valor contratualizado com o ISS, pois este valor pago pelo estado, era inferior ao valor real da alimentação fornecida aos utentes da CS. Desta forma com subsídio extraordinário a CMO concedeu à APOIO um apoio financeiro anual de 9.000€

Para além do serviço de refeição confeccionada distribuída na Cantina Social, a APOIO incorpora ainda outros serviços dadas as características humanas e sociais em que se encontram estas pessoas ou famílias.

Serviços de ajuda social complementares:

- Gestão de medicação
- Atribuição de cabaz alimentar suplementar
- Oferta de roupa pessoal, cobertores e atoalhados

RESPOSTA EDUCATIVA

➤ CRECHE “Ninho da Cegonha”



A creche “Ninho da Cegonha” situada no Bairro de Outurela em Carnaxide, é uma Resposta Educativa da APOIO, constituída por 5 salas, com crianças dos 4 meses aos 3 anos e capacidade total para 69 crianças até agosto 2023, e a partir do mês de setembro iniciamos o novo ano letivo 2023/2024 com capacidade máxima para 74 crianças.

Constituída por 5 salas de aula: Berçário (com capacidade para 8 bebés); sala Rosa (sala p\crianças de 1 ano – início de marcha - com capacidade para 15 cr.); sala Azul (sala p\crianças de 1 ano – com capacidade para 15 cr.); sala Verde (sala p\crianças de 2 anos – com capacidade para 15 cr.); e sala Amarela (sala p\crianças de 2\3 anos – com capacidade para 20 cr.).

Como referência da proveniência habitacional das nossas crianças, 80% são oriundas de Carnaxide\Outurela e as restantes 20% dividem-se pelas localidades de Cascais, Barcarena, Massamá, Queluz, Amadora, Linda-a-Velha, Dafundo e Algés.

Deveremos destacar e enfatizar o excelente trabalho desenvolvido pela equipa educativa, cujo lema “*cuidamos, acarinhamos e educamos*”, desenvolveu o seu trabalho num ambiente acolhedor, humanizado e estimulante para as crianças. Integrámos no processo educativo, as famílias com espírito de partilha, nas atividades realizadas ao longo do ano. Esta dinâmica colaborativa entre equipa educativa e pais, teve como objetivo a potencialização no desenvolvimento das capacitações das crianças em múltiplas vertentes: socialização, afetivas, de partilha do espaço, a concetualização de rotinas e regras, atividades motoras e cognitivas.

Desde 2021 existiram alterações legislativas no que respeita à forma de comparticipação financeira do Estado e das famílias, relativamente ao pagamento da utilização dos serviços de Creche. Deste modo, este relatório do ano de 2023, abrange dois anos letivos 2022/2023 e 2023/2024, cuja receita foi obtida de três formas distintas: 1º. As crianças nascidas a partir de setembro de 2021, integram-se no universo de crianças cuja creche é gratuita (o estado pagou na íntegra o valor de 460€\criança); 2º. As crianças nascidas antes de setembro de 2021 e cujas

famílias se encontravam nos escalões 1 e 2, o estado substituiu-se às famílias no pagamento da comparticipação familiar; 3º. As crianças nascidas antes de setembro de 2021 cujas famílias se encontravam nos escalões 3 e seguintes, estas famílias pagaram na íntegra o valor correspondente à tabela de comparticipação familiar em vigor, anexa ao Regulamento Interno da creche.

Este relatório de resposta Educativa será complementado pelo relatório anexo da responsabilidade da diretora da creche Dra. Eduarda Pereira.

CULTURA e COMUNICAÇÃO

Em 2023 a **CULTURA** aconteceu no fórum-APOIO:

Continuamos com as nossas **Noites de Poesia** de forma mista (presencial e com partilha On-Line via Zoom). O nosso anfitrião e coordenador *Francisco Queiroz*, grande comunicador e homem de poesia, conseguiu manter a dinâmica conseguida nos anos de pandemia, cujos participantes se espalham por vários países lusófonos (Brasil, Angola, Cabo-Verde, e Moçambique), conseguindo coordenar os vários fusos horários e fazendo acontecer Poesia ao mesmo tempo, em horas diferentes e em lugares diferentes, onde a APOIO e os Poetas portugueses foram os elos agregadores.

Também o **Clube de Leitura** com a coordenação de *Jorge Almeida*, manteve esta atividade cultural viva. Por via zoom, foram-se encontrando em forma de tertulia comentando os livros propostos para leitura.

No 4º sábado de cada mês, em 2023 o **“Café Memória”** manteve a sua dinâmica, sob a coordenação da equipa técnica da Câmara Municipal de Oeiras, a Associação Alzheimer, o Rotary Clube de Algés e a Pastelaria “Asturias”, no Fórum-APOIO. A APOIO desde 2015 mantém a total disponibilidade em contribuir na dinamização deste espaço de convívio, com partilha de afetos, troca de experiências e conhecimento, com os cuidadores informais e voluntários, acompanhantes de pessoas com a doença de Alzheimer, sempre com espírito de alegria e partilha de experiências.

No Fórum-APOIO em 2023, continuou-se a **receber Livros doados**, e por sua vez fez doações dos mesmos a outras instituições e pessoas, numa lógica de partilha de cultura. No futuro, está equacionado a criação de uma feira do livro onde a APOIO para além de divulgar os seus projetos sociais, poderá vender (a preço simbólico) os livros para apoiar projetos sociais da associação.

FORMAÇÃO:

No Fórum-APOIO foi criado um “**Centro de formação**” com a criação de condições físicas e técnicas para realizar-se ações de formação. Em 2023 não houve o número de ações de formação que se pretendia, mas mesmo assim, desenvolveram-se algumas ações de formação interna.

COMUNICAÇÃO:

Ao longo do ano de 2023 e através do **Facebook, Instagram, Site da APOIO e da Creche “Ninho da Cegonha”**, e pela **Newsletter** mensal, a informação e a divulgação de todas as atividades desenvolvidas por todas as equipas da APOIO foram difundidas e partilhadas por todas estas redes sociais e meios de comunicação. Para além da utilização das redes sociais, criamos um e-mail vocacionado estritamente para divulgação de comunicação para o exterior (**comunicacao@apoio.pt**).

Em 2023, continuamos um processo de consubstanciar a digitalização dos serviços, com o reforço da rede comunicacional digital, no investimento em novos equipamentos informáticos, no reforço da rede digital da APOIO, e no estudo de aquisição de novos sistemas de software para vir a melhorar as condições de trabalho administrativo e técnico na gestão da informação, cujos frutos desse trabalho se verificará em 2024.

A estratégia desenhada para aumentar a notoriedade da marca “APOIO”, conseguiu atingir os seus objetivos, potenciando os serviços das respostas sociais e educativa na comunidade (Concelho de Oeiras) e a divulgação da qualidade do desempenho profissional dos nossos colaboradores.

Queremos enaltecer o esforço e o trabalho desenvolvido pela criação dos conteúdos gráficos e gestão das redes sociais, e da comunicação da APOIO, *Vanusa Correia*, o nosso obrigado...

RECURSOS DIVERSOS

Recursos Humanos

Em 2023, a APOIO continuou a ter uma gestão de Recursos Humanos muito rigorosa e proactiva, na busca constante em criar as melhores condições de trabalho, mesmo com os condicionalismos no contexto económico e financeiros que vivemos. Reavaliámos as remunerações do trabalho dentro das exigências legais e dentro das nossas capacidades financeiras, sem pôr em risco a sustentabilidade financeira da Instituição, e fomos ao encontro a justiça salarial dentro do contexto das IPSS.

Frota Automóvel

Em 2023 manteve-se o número de veículos, 7 viaturas (1 carrinha adaptada de 9 lugares \ 1 carrinha de 9 lugares \ 3 viaturas de 5 lugares \ 2 carrinhas térmicas de transporte de alimentos).

Com uma frota de 7 viaturas, temos sempre presente a preocupação na manutenção dos carros para que estejam sempre operacionais a circular e em segurança. Em 2023, aproveitando a oportunidade no âmbito do PRR (Programa de Recuperação e Resiliência), candidatamo-nos a mais um veículo, este de motorização totalmente elétrica, inserido no projeto de Mobilidade Verde com o tema “Transporte ECO-SOCIAL”. No entanto no ano de 2023 ainda não foi concretizado o projeto, estando a aguardar resposta.

PROJETOS DESENVOLVIDOS E PARCERIAS INSTITUCIONAIS

OS PROJETOS DESENVOLVIDOS EM 2023:

Projeto “Ver o Mar” – Na primavera e verão de 2023, aproveitando o bom tempo, e os meios de transporte que a APOIO tem ao seu dispor, a equipa técnica, coordenada pela terapeuta ocupacional, organizaram vários passeios para os utentes de Centro Dia ao exterior (junto ao rio Tejo) e ainda nos meses de verão foram à Praia (projeto “Praia segura – da CMO).

Visitas ao Exterior – No âmbito de Centro de Dia, organizaram-se ao longo do ano várias visitas através de convites e/ou projetos com instituições parceiras... Devido à mobilidade condicionada dos utentes-idosos, criaram-se várias mini excursões com lanche, foram eles: - Vista a Belém; - Baile da Primavera\em Queijas; - Visita a Paço de Arcos; - Festa de carnaval em Queijas; - projeto “Em Oeiras os afetos criam raízes” em Carnaxide; - Teatro “Peter Pan no gelo” em Alfragide; - jogo de futebol “Benfica” no estádio da Luz; Museu do Sport Lisboa e Benfica, no estádio da Luz- Foram um sucesso.

Workshops – organizado pela Universidade Atlântica: “Higiene Oral, das mãos, ouvidos e umbigo” \ “Cuidados a ter com o Calor” \ “Higiene Postural” \ “Nutrição na 3ª idade” \

Workshops – organizado pela Universidade de Motricidade Humana: “Sessões de movimento – programa cForte@80” \ “Origami – Killing” \

Banco Social e Solidário de Roupas – Criado em 2020 e suspenso devido à pandemia. Em 2023 conseguiu-se dar início a este projeto, ainda que de forma contida, mas no final do ano de 2023 conseguimos encontrar uma empresa 100% portuguesa “H-Sarah Trading” com sede em Ceia,

que esteve disponível em estabelecer uma parceria com a APOIO. Desta forma preparou-se um projeto a apresentar nos serviços de Ambiente e Higiene Pública da CMO, para irmos a colocar contentores de recolha de roupa e calçado espalhados pelo concelho de Oeiras. Os kilos recolhidos, serão transformados em valor financeiro que reverterá para a APOIO, para financiar projetos sociais. Este projeto será consubstanciado em 2024.

Banco de “Ajudas Técnicas” – apesar da APOIO ter no seu património material diversificado “ajudas técnicas”, foi durante a pandemia que a Direção definiu como estratégia funcional, a criação de um Banco de Ajudas Técnicas, que não só dessem qualidade de vida aos nossos utentes acamados, ou com mobilidade reduzida, assim como pudesse ajudar as auxiliares de ação direta em SAD, a terem melhores condições de trabalho. Em 2024, este projeto para além de abranger todos os utentes, será alargado a todos os associados da APOIO.

A APOIO e a CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS:

Em 2023, foram relevantes a ajuda e o apoio por parte da CMO, que agradecemos na pessoa da Sra. Vereadora da Ação Social Dra. Teresa Bacelar, para a concretização dos projetos propostos. Destacamos:

- Projeto piloto de intervenção social no espaço habitacional no bairro social de Outurela – Desafiada a APOIO pelos serviços sociais da vereação da Habitação da CMO, para participar em parceria num projeto piloto que visa a realização de serviços de limpeza e organização de habitações e espaços comuns de prédios em regime de arrendamento municipal, com intervenção social junto dos agregados familiares com dificuldades de organização da habitação. Este projeto com a comparticipação financeira na sua totalidade da parte da CMO foi contratualizado e tecnicamente planeado em 2022, para iniciar efetivamente a sua intervenção social no início de 2023.

Fundo de Emergência Social (FES) - Em colaboração social direta entre a APOIO a CMO e a União de freguesias de Carnaxide e Queijas, Algés, Linda-a-Velha e Cruz-Quebrada-Dafundo, ajudamos a resolver problemas de emergências social que necessitavam de respostas urgentes ao nível da família, indivíduos isolados e comunidade em geral. O FES permitiu diminuir o impacto das dificuldades do dia-a-dia com espírito de missão social e solidária.

Projeto “Centro de Dia e Centro de fisioterapia geriátrica” Eusébia Gonçalves, vivenda em Algés – Este projeto em parceria com a União de freguesias de Algés, Linda-a-Velha e Cruz-Quebrada-Dafundo e com a Câmara Municipal de Oeiras, para abertura de um novo equipamento social em Algés não teve qualquer avanço, estando a ser avaliado o projeto de construção no gabinete de Projetos Especiais da CMO.

A APOIO e a SOCIEDADE CIVIL - (MECENAS, as DOAÇÕES financeiras e materiais)

O projeto de promoção e divulgação da APOIO, dos seus serviços sociais e educativos, assim como a intervenção social e solidária que fez junto da nossa comunidade, permitiu vários apoios e donativos de pessoas, empresas e instituições. Foram elas:

Oculista PróLente (em Algés e Linda-a-Velha) – elaboração de protocolo cujo objeto é a possibilidade dos utentes e associados com dificuldades financeiras comprovadas, terem descontos de 30% ou preços sociais em óculos e produtos óticos.

Farmácia Ocidental (Algés) – Protocolo para gestão e separação de medicamentos dos nossos utentes (SAD – CD – CS), mediante a compra dos medicamentos. Desconto direto de 30% na compra de medicamentos para utentes e sócios com dificuldades financeiras comprovadas.

Aspiradores RAINBAW PORTUGAL - Doação de 750€

Pingo Doce Algés – projeto “Bairro feliz” – depois de nos propormos com projeto de angariação de fundos para compra de uma “*uma Cama articulada*” para um utente-idoso em SAD, ganhamos o concurso – o valor do prémio foi de 975€

Pingo Doce Alto dos Barrinhos – projeto “Bairro feliz” – depois de nos propormos com projeto de angariação de fundos para compra de um “*equipamento de lazer*” para a Creche – Não conseguimos ganhar o concurso.

Continente “ World Trade Center” – Protocolo com este supermercado para 2 vezes por semana nos fazem doação de alimentos.

Banco Alimentar de Lisboa – Doação semanal de alimentos perecíveis e alimentos de mercearia.

Entreajuda de Lisboa – Doação de produtos não alimentares.

Rotary Clube de Algés – Clube parceiro da APOIO em diversas atividades desenvolvidas, destacando o Café memória e o Almoço Magusto de angariação de fundos. Clube mecenas desde o primeiro dia, na angariação de fundos junto dos seus associados e junto da comunidade para projetos sociais e solidários da APOIO.

PARCERIAS INSTITUCIONAIS:

Escola Superior de Enfermagem de Lisboa – protocolo institucional para recebermos alunos estagiários e disponibilidade de professores virem dar formação ou palestras temáticas aos funcionários e familiares de utentes, nas instalações da APOIO.

Escola Superior de Saúde do Alcoitão – protocolo institucional para recebermos alunos estagiários e disponibilidade de professores virem dar formação ou palestras temáticas aos funcionários e familiares de utentes, nas instalações da APOIO.

Escola Profissional Gustavo Eiffel de Queluz – protocolo institucional para recebermos alunos estagiários.

Instituto de Educação da Universidade de Lisboa - protocolo institucional para recebermos alunos estagiários e disponibilidade de professores virem dar formação ou palestras temáticas aos funcionários e familiares de utentes, nas instalações da APOIO

Em resumo, no ano de 2023 a APOIO contou com vários estagiários de diferentes instituições de educação que vieram não só conhecer o trabalho realizado por nós como vieram ajudar a cuidar dos nossos utentes-idosos, sempre sob orientação e vigilância da nossa equipa técnica.

Bebé-Art e teatro do “Biombo” – empresa especializada em Artes criativas e representação de teatro para bebés e crianças. Atividades teatrais e de música desenvolvidas na nossa creche em 2023.

EMDIIP (Equipa Móvel de Desenvolvimento Infantil e Intervenção Precoce) e ELI (Equipa Local de Intervenção) - são associações que prestam serviço terapêutico a crianças com desvios do desenvolvimento de capacidades cognitivas e emocionais.

WippyTex – “reciclagem de roupa” – empresa parceira recetora de roupa para ser transformada\reciclada.

Universidade Sénior “Nova Atena” - Parceria com o Centro de Dia da APOIO em ações de animação (música e cantares) em festas temáticas.

ARPIMA – Associação dos Reformados e Pensionistas e Idosos do Monte-Abrão – Parceira da APOIO em ações de animação, música e cantares, nas festas temáticas do Centro de Dia e festa de natal.

CCCD – Clube de Carnaxide Cultura e Desporto – Parceiro em ações de Yoga, em várias atividades desenvolvidas com utentes e familiares, e ainda com funcionários da APOIO.

REHACTIVAR – empresa fornecedora especializada em “Ajudas Técnicas” – Parceria na manutenção do equipamento de Ajudas Técnicas da APOIO; aluguer de equipamentos de mobilidade e conforto; e ainda venda de equipamento variado de Ajudas Técnicas á APOIO e a familiares de Utentes.

Associação Alzheimer – associação parceira na atividade do “Café Memória” assim como em ações de formação com os nossos funcionários e familiares.

MAPA RESUMO DOS DONATIVOS EM GÉNERO E EM DINHEIRO

Durante 2022 os donativos que foram sendo recebidos ao longo do ano foram os seguintes:

| DONATIVOS EM DINHEIRO | |
|--|--------------------|
| Donativos de pessoas particulares | 3.433,98 € |
| Consignação de IRS | 3.631,89 € |
| Teleperformance | 432,47 € |
| Pingo Doce Algés – concurso “aldeia feliz” – para comprar uma grua de transferências para idosos - | 975,00 € |
| Rotary Club de Algés - Almoço Magusto angariação de fundos - | 1.239,00 € |
| Aspiradores Rainbow-Portugal | 750,00 € |
| Total | 10.462,34 € |

Nota de destaque: agradecemos a todos os doadores mecenas que ao longo de 2023 disponibilizaram-se em ajudar a APOIO através de doações monetárias. Será de justiça, destacar a família Cruz em mais um ano de atribuírem um donativo monetário substancial que corresponde a cerca de 2\3 dos donativos correspondentes ao “Donativo de pessoas particulares”. O nosso muito Obrigado...

| DONATIVOS EM GÉNEROS (valorizados) | |
|---|--------------------|
| Auchan (empresa) | 212,00 € |
| Jet-Coller (serviço de água) | 302,64 € |
| Entreajuda | 2.771,36 € |
| Continente – Wall Trade Center - | 1.709,49 € |
| Banco Alimentar de Lisboa | 24.863,31 € |
| Total | 29.858,80 € |

AGRADECIMENTO: A APOIO agradece a todos os contributos que em géneros que ao longo do ano de 2023 foram doadores, e que muito ajudaram esta instituição a desenvolver o seu trabalho em prol das pessoas que mais necessitam. O nosso muito obrigado ...

| Câmara Municipal de Oeiras (doações\comparticipações) em dinheiro | |
|---|--------------------|
| Creche “Ninho da Cegonha” | 9.942,50 € |
| Projeto piloto de intervenção social no espaço habitacional no bairro social de Outurela (preparação e estudo de intervenção social) - Com início efetivo em Fev.2023 - | 13.093,65 €€ |
| Comparticipação “acordo de extensão de SAD aos Fins-de-semana” | 30.000,00€ |
| Apoio alimentar\refeições aos utentes da Cantina Social | 10.000,00€ |
| Total | 63.036,15 € |

Nota de referência e agradecimento: destacamos os donativos\comparticipações da CMO em atribuir ao longo do ano de 2023 o valor total de 63.036,15€, no qual agradecemos, pois, este valor ajudou de forma substancial a execução dos nossos projetos sociais junto dos nossos utentes idosos e infantis. Sem o contributo financeiro da CMO os serviços prestados pela APOIO seriam certamente menores, por falta de recurso na dinamização dos mesmos. Obrigado...

O NOSSO MUITO OBRIGADO A TODOS MECENAS...

SITUAÇÃO FINANCEIRA E CONTABILÍSTICA

Aspetos económicos e financeiros:

O Resultado Líquido apurado para 2023 foi de 4.688,71 euros positivos, valor melhor do que o apurado em 2022, que foi de 686,77. Todavia verificaram-se algumas alterações significativas, de que se destaca:

- O somatório dos rendimentos correspondentes a Prestação de Serviços, Subsídios e Doações teve um acréscimo de 7,5%, passando de 1.129.830 euros para 1.214.646 euros.
- Os Fornecimentos e Serviços Externos tiveram um acréscimo de 13,5%, passando de 360.766 euros para 409.449 euros. O aumento de 48.683 euros pode ser justificado, para além do efeito da inflação, pela externalização dos serviços de contabilidade (8.775 euros), pelo serviço de refeições (subida de 9% a que corresponde um acréscimo de 22.064 euros), e por diversos gastos de cerca de 7.000 euros, relativos a um contrato celebrado com a CMO no início de 2023, para intervenção no âmbito da habitação social, que, entretanto, já findou.
- Os Gastos com o Pessoal tiveram um acréscimo de apenas 2,7%, passando de 740.294 euros para 760.081 euros, situação que é justificada por redução do quadro e diversas situações de absentismo.
- Subida acentuada das situações de imparidade de dividas de utentes, passando a depreciação de 181 euros para 7.169 euros.
- Constituição de provisão para passivos contingentes, no valor de 6.380 euros, para cobrir responsabilidades decorrentes de diferenças entre os valores mostrados no balanço e aqueles que o respetivo credor apresenta.

Em 2023 adquiriram-se bens do Ativo Fixo Tangíveis no valor de 899,80 euros, tendo-se verificado um desinvestimento de 155,15 euros, relativo a uma cessão.

NOTA FINAL:

2023 foi o último ano do mandato de 4 anos (2020/2023). Foram anos desafiantes a todos os níveis. Tivemos 2 anos de pandemia, 1 ano de desconfinamento e 2023 cheio de desafios a nível de gestão financeira, pelo facto da instabilidade política, económica e financeira do país e do mundo.

Nestes 4 anos de gestão, a Direção da APOIO demonstrou ter tido capacidade de reação, capacidade de adaptação ao imprevisto, capacidade de gestão, e ao mesmo tempo, teve capacidade e maturidade para antecipar soluções, projetar cenários e desenvolver alternativas, nunca perdendo a orientação e discernimento a cada momento, do que foi importante e do que foi urgente.

De salientar e enaltecer a APOIO, que teve o engenho e arte de conseguir criar uma “bolha de segurança” junto dos utentes e funcionários, ultrapassando uma pandemia sem constrangimentos de saúde e\ou mortes causadas por infeção de Covid-19. No ano de desconfinamento (2022) conseguiu readaptar-se às novas regras e desafios sociais. E, em 2023 conseguiu de novo readaptar-se aos novos desafios, onde a demência na terceira idade, foi e é, uma realidade que temos de lidar diariamente.

De conferir á APOIO a proatividade em estabelecer uma rede de parcerias institucionais que contribuíram e contribuem, para que os serviços sociais e educativos desenvolvidos, sejam de excelência e de mérito reconhecido.

De confiar na gestão da APOIO, no profissionalismo da gestão dos recursos materiais, funcionais e financeiros, cujos resultados foram sempre positivos, tendo em conta o equilíbrio entre as necessidades sociais dos utentes e famílias, e as respostas dadas tanto em meios humanos, como em serviços prestados, nunca esquecendo os equilíbrios financeiros entre os custos e os proveitos, sabendo que a estrutura de custos e proveitos não são flexíveis.

É um facto indesmentível que o trabalho da APOIO em 2023, foi reconhecido pelos parceiros sociais da APOIO, Câmara Municipal de Oeiras, União de Juntas de freguesia de Algés, Linda-a-Velha, Cruz-Quebrada e Dafundo e pela União de Freguesias de Carnaxide e Queijas, e por outras Instituições congéneres, mas principalmente pelos nossos utentes e familiares.

Não queremos deixar de agradecer a ajuda da Câmara Municipal de Oeiras nas pessoas do Sr. Presidente da Câmara e na pessoa da Sra. Vereadora da Ação Social, Dra. Teresa Bacelar, pelo apoio incondicional e solidário para ajudar a APOIO no que foi necessário. O nosso MUITO OBRIGADO...

Cumpra também agradecer de forma especial a todos os trabalhadores da APOIO, o seu empenho, dedicação e espírito de Missão que tiveram ao longo destes 4 anos, e a forma exemplar que tiveram no desempenho das suas funções.

Em nome de todos os membros da Direção, quero agradecer, na pessoa do presidente da mesa da Assembleia Geral Dr. Manuel Barata Simões e na pessoa do presidente do Conselho Fiscal Dr. António Domingos, a todos os membros dos Órgãos sociais da APOIO, a confiança e o apoio que deram ao longo dos anos deste mandato 2020/2023. Bem-hajam e obrigado...

Temos a consciência do que fizemos em 2023 para ajudar e a minimizar os impactos financeiros desta crise inflacionista, associada às guerras no mundo, que vieram criar instabilidade e incertezas no dia-a-dias de 2023, com implicações em 2024. Mas também temos a certeza que de tudo faremos para continuar a dar dignidade, conforto e esperança, a todas aquelas famílias e idosos que conseguirmos chegar, nunca esquecendo o carinho em cuidar e educar as nossas crianças da creche “Ninho da cegonha”.

Poderão sempre contar connosco. Nós contamos convosco ...

A DIREÇÃO

Nota:

Convidamos todos, a visitarem o nosso site www.apoio.pt e a navegarem pelas nossas redes sociais (Facebook e Instagram), vendo o que fazemos durante 2023 em prol daqueles que cuidamos.

DATA: 20 \ MARÇO \ 2024

APOIO-Associação de Solidariedade Social
BALANÇO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2023

Contribuinte : 502049219
Moeda : (Valores em Euros)

| RÚBRICAS | NOTAS | DATAS | |
|---|-------|-------------|-------------|
| | | 31 DEZ 2023 | 31 DEZ 2022 |
| ACTIVO | | | |
| Activo não corrente | | | |
| Activos fixos tangíveis | 5 | 206 312,75 | 247 692,74 |
| Bens do património histórico e artístico e cultural | | | |
| Propriedades de investimento | | | |
| Activos intangíveis | 6 | 1 425,64 | 2 548,50 |
| Investimentos financeiros | 7 | 4 767,21 | 4 471,58 |
| Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros | | | |
| | | 212 505,60 | 254 712,82 |
| Activo corrente | | | |
| Inventários | 8 | 2 498,42 | 3 757,06 |
| Utentes | 9 | 10 257,18 | 13 443,96 |
| Adiantamentos a fornecedores | 10 | 630,70 | 178,69 |
| Estado e outros entes públicos | 11 | 8 238,73 | 9 613,70 |
| Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros | | | |
| Outras contas a receber | 12 | 17 689,49 | 21 039,51 |
| Diferimentos | 13 | 5 646,53 | 5 575,45 |
| Outros activos financeiros | | | |
| Caixa e depósitos bancários | 14 | 175 157,14 | 213 191,26 |
| | | 220 118,19 | 266 799,63 |
| Total do activo | | 432 623,79 | 521 512,45 |
| FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO | | | |
| Fundos patrimoniais | | | |
| Fundos | | 21 619,24 | 21 619,24 |
| Excedentes técnicos | | | |
| Reservas | | | |
| Resultados transitados | 15 | (41 266,86) | (42 071,22) |
| Excedentes de revalorização | | | |
| Ajustamentos/outras variações nos fundos patrimoniais | 16 | 171 065,84 | 204 199,47 |
| Subsídios ao investimento | | 105 125,71 | 132 907,10 |
| Doações | | 65 940,13 | 71 292,37 |
| Outras variações | | | |
| | | 151 418,22 | 183 747,49 |
| Resultado líquido do período | | 4 688,71 | 686,77 |
| Total do fundo de capital | | 156 106,93 | 184 434,26 |
| Passivo | | | |
| Passivo não corrente | | | |
| Provisões | 17 | 6 380,32 | |
| Provisões específicas | | | |
| Financiamentos obtidos | 18 | 1 293,89 | 4 372,82 |
| Outras contas a pagar | | | |
| | | 7 674,21 | 4 372,82 |
| Passivo corrente | | | |
| Fornecedores | 19 | 75 006,84 | 79 701,90 |
| Estado e outros entes públicos | 20 | 33 863,13 | 36 138,08 |
| Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros | | | |
| Financiamentos obtidos | 21 | | 17 500,00 |
| Diferimentos | 22 | 6 543,01 | 54 767,96 |
| Outras contas a pagar | 23 | 153 429,67 | 144 597,43 |
| Outros passivos financeiros | | | |
| | | 268 842,65 | 332 705,37 |
| Total do passivo | | 276 516,86 | 337 078,19 |
| Total dos fundos patrimoniais e do passivo | | 432 623,79 | 521 512,45 |

A Direção

O CC

APOIO-Associação de Solidariedade Social
DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS
PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2023

Contribuinte : 502049219

Moeda : EUROS

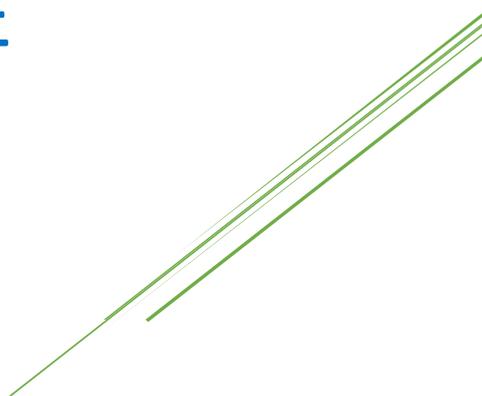
| RENDIMENTOS E GASTOS | NOTAS | PERÍODOS | |
|---|-------|------------------|------------------|
| | | 2023 | 2022 |
| Vendas e serviços prestados | 24 | 278 106,92 | 298 176,73 |
| Subsídios, doações e legados à exploração | 25 | 936 539,56 | 831 654,00 |
| Variacão nos inventários da produção | | | |
| Trabalhos para a própria entidade | | | |
| Custos das mercadorias vendidas e das matérias consumidas | 26 | (1 573,35) | (1 247,19) |
| Fornecimentos e serviços externos | 27 | (409 449,48) | (360 766,36) |
| Gastos com o pessoal | 28 | (760 081,01) | (740 294,63) |
| Ajustamentos de inventários (perdas/reversões) | | | |
| Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões) | 29 | (7 169,05) | (181,12) |
| Provisões (aumentos/reduções) | 17 | (6 380,32) | |
| Provisões específicas (aumentos/reduções) | | | |
| Outras imparidades (perdas/reversões) | | | |
| Aumentos/reduções de justo valor | | | |
| Outros rendimentos e ganhos | 18/30 | 44 142,28 | 43 279,21 |
| Outros gastos e perdas | 31 | (30 203,60) | (24 981,17) |
| Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento de impostos | | 43 931,95 | 45 639,47 |
| Gastos/reversões de depreciação e de amortização | 32 | (40 025,74) | (44 794,75) |
| Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos) | | 3 906,21 | 844,72 |
| Juros e rendimentos similares obtidos | 33 | 835,07 | 38,56 |
| Juros e gastos similares suportados | 34 | (52,57) | (196,51) |
| Resultados antes de impostos | | 4 688,71 | 686,77 |
| Imposto sobre o rendimento do período | | | |
| Resultado líquido do período | | 4 688,71 | 686,77 |

A Direcção

O CC



RELATÓRIO DE ATIVIDADES AÇÃO SOCIAL 2023



INTRODUÇÃO

O presente documento compreende a apresentação do relatório de atividades do ano de 2023 desenvolvido pela APOIO – Associação de Solidariedade Social, nas respostas Sociais Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário e Cantina Social integrada no Programa de Emergência Alimentar.

Tendo como meta o envelhecimento ativo, todas as atividades e ações socioculturais desenvolvidas no Centro de Dia, promoveram o envolvimento e participação ativa das pessoas idosas, contribuindo para a manutenção das capacidades físicas, psíquicas e intelectuais das mesmas.

Continuar a melhorar a Resposta Social Apoio Domiciliário, tornando os serviços prestados cada vez mais personalizados, indo ao encontro do grau de satisfação das necessidades e atividades da vida diária das pessoas idosas. Em 2023, o serviço de Apoio Domiciliário prestado pela APOIO proporcionou aos utentes continuar a sua permanência no meio familiar, privilegiando a interação dos mesmos com a família e comunidade envolvente, reforçando desta forma o elo e os laços afetivos, já que o seu meio familiar e social é parte integrante das suas vivências.

Através da continuidade do Programa de Alargamento do Serviço de Apoio domiciliário, promovido pela Câmara Municipal de Oeiras, a Apoio pôde prosseguir com o enriquecimento desta resposta social prestando serviços aos seus utentes até às 20 horas aos sábados, domingos e feriados.

O Sector da Acção Social contou com uma equipe constituída por três Assistentes Sociais, e duas Terapeutas Ocupacionais. Foram promovidas reuniões semanais de trabalho onde ficaram definidos os objetivos e as estratégias fundamentais do trabalho multidisciplinar, a partilha de saberes, a reflexão, a construção/desconstrução de ideias, análise e atuação sobre a situação-problema, transversal à intervenção das técnicas.

A APOIO colaborou, com a União das Juntas de Freguesia de Algés, Linda-a-Velha e Cruz Quebrada-Dafundo, assim como, com a União das Juntas de Freguesia de Carnaxide e Queijas, ajudando a resolver situações que necessitaram de resposta imediata; colaborou, ainda, através do Programa FES (Fundo de Emergência Social, promovido pela Câmara Municipal de Oeiras) ao nível da família, indivíduos isolados e comunidade em geral, ajudando a resolver situações de risco/emergência social.

Ao participar no Programa de Emergência Alimentar (PEA), através de uma Cantina Social, pôde ajudar famílias e indivíduos a fazer face às carências alimentares.

CENTRO DE DIA

-Serviço Social-

A ação do Serviço Social pautou-se pela avaliação e acompanhamento social dos idosos e suas famílias; pela articulação em rede com serviços e entidades na comunidade; pela coordenação da resposta social Centro de Dia. Assim, foram desenvolvidas as seguintes atividades:

- Promoção do bem-estar, autonomia e funcionalidade dos idosos, de modo a diminuir e/ou retardar situações de dependência;
- Estimulação da socialização, convívio e participação social dos idosos, combatendo o isolamento social e solidão;
- Estimulação da ocupação do idoso;
- Promoção da permanência dos idosos no seu lar e comunidade (evitando a institucionalização) e da capacitação das famílias para a prestação de cuidados em casa.

Atividades diretas com o Idoso/Família

- Atendimentos e visitas domiciliárias;
- Aconselhamento e encaminhamento dos idosos e suas famílias para os recursos e respostas na comunidade mais adequadas às suas situações e problemáticas;
- Suporte e auxílio aos utentes e famílias em processos de mudança e de acréscimo de dependência;
- Orientação e capacitação das famílias para saber lidar com o processo do envelhecimento.

Atividades Indiretas para o Idoso/Família

- Elaboração e atualização dos planos de intervenção individual dos idosos, tendo em conta as suas necessidades e potencialidades;
- Articulação em rede com serviços e entidades na comunidade, que possam dar resposta às problemáticas identificadas nos idosos e suas famílias;
- Coordenação e gestão dos recursos humanos e recursos materiais do Centro de Dia;
- Supervisão, apoio e orientação das equipas de trabalho;

- Planificação e calendarização de técnicas de intervenção (atendimentos, visitas domiciliárias, diligências externas, etc.);
- Elaboração e manutenção de instrumentos de trabalho (processos dos utentes, mapas de transporte, mapas de medicação, escalas, inventário de materiais, etc);
- Reuniões multidisciplinares com a equipa técnica para discussão dos casos, identificação de situações-problema, planificação e (re)avaliação da intervenção.

-Terapia Ocupacional-

Todas as atividades programadas para o Centro de Dia contaram com a participação ativa das pessoas idosas, foram ao encontro das suas expectativas e capacidades, de forma que a execução das mesmas foi feita em conjunto com elas e não para elas, promovendo, estimulando e desenvolvendo as capacidades cognitivas, sociais e físicas das mesmas.

De acordo com o que tem sido constatado nos últimos anos, continua a existir um declínio nas capacidades e competências dos utentes, sendo que a intervenção da Terapia Ocupacional tem sido flexível e adaptada a cada circunstância e necessidade.

Durante o ano de 2023 realizaram-se maioritariamente sessões de grupo, de forma a englobar o maior número de utentes, mesmo que os objetivos terapêuticos para cada utente sejam diferentes.

Todas as atividades realizadas pela Terapia Ocupacional têm por base o envolvimento e participação em Atividades Significativas. Para além disso, o foco foi sempre facilitar a exploração de novas experiências/atividades, promovendo a tomada de decisão e as escolhas adequadas, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida e principalmente ir ao encontro do “eu” ocupacional.

➤ Objetivos das atividades desenvolvidas em 2023

Estimular:

- competências de comunicação e interação;
- competências cognitivas (memória a longo prazo e orientação temporal);
- competências sensoriais e motoras;
- competências cognitivas (atenção, escuta ativa);
- competências de comunicação e interação.

Promover:

- novas experiências;
- o sentido de competência e eficácia;
- sentimentos de pertença a um grupo;
- escolhas adequadas;
- atividade que facilite a reminiscência;
- sentido de pertença;
- momento de reflexão;
- participação em atividades que vão encontro dos valores dos utentes;
- as competências de comunicação, dando espaço para a discussão e opinião sobre a coreografia e roupas;
- atividades intergeracionais.

Facilitar:

- a participação em atividades de Lazer;
- a relação com a família/cuidadores.

Proporcionar:

- uma atividade que vá ao encontro do “eu ocupacional”;
- um sentido de pertença;
- um momento relacionado com as tradições e valores da cidade de Lisboa;
- uma atividade que vá ao encontro do “eu ocupacional” (papel de mãe/avó).
- Transpor uma atividade do exterior e adaptar para o ambiente de Centro de Dia.

➤ **Atividades com periodicidade**

Para além destas atividades pontuais, foram realizadas atividades contínuas e que fizeram parte da rotina do Centro de Dia.

- ✓ Com periodicidade trimestral: Cabeleireiro/Esteticista
- ✓ Com periodicidade semanal: Sessões de Movimento, Jogo do Bingo, Atelier de trabalhos manuais, Baile, Caminhadas ao exterior, Hora do terço.
- ✓ Com periodicidade mensal: sessões de culinária, de cinema e celebração dos aniversários dos utentes.

➤ Outras Atividades

No mini-ginásio e Sala de Atividades Terapêuticas foram realizadas sessões em grupo, de forma a englobar o maior número de utentes.

➤ Cronograma de atividades

Janeiro

Temas/atividades:

- **Dia de Reis** - Relembrar as tradições desta data, momento intergeracional com a Creche Ninho da Cegonha;
✓ Festa no Centro de Dia (Atuação do grupo musical Nova Atena);
- **Torneio de Sueca e Dominó** - Torneio Inter-Instituições com o Centro Comunitário de Tires
- **Workshops**
 - ✓ **Nutrição na 3ª Idade**- Dinamizado pela Escola Superior de Saúde Atlântica
 - ✓ **Higiene Oral**- Dinamizado pela Escola Superior de Saúde Egas Moniz

Dia de Reis



Torneio de Sueca e Dominó



Workshop



Fevereiro

Temas/atividades:

- **Carnaval** - Decoração do Centro de Dia e confeção dos fatos e Máscaras;
- ✓ Baile de Carnaval com a presença do Centro Social e Paroquial de São Miguel de Queijas e Centro Comunitário de Tires

- **Workshops**
- ✓ **Origami** – Killing – Filigrani- dinamizado por um voluntário;
- ✓ **Higiene Postural**- Dinamizado pela Escola Superior de Saúde Atlântica

Preparação do Carnaval



Origami



Workshop



Baile de Carnaval



Março

Temas/atividades:

- **Dia da Mulher** - Declamação de Poemas alusivos ao Dia da Mulher, com a participação de atores do teatro independente de Oeiras;
- **Bailes de Primavera**
- ✓ No Centro Social Paroquial de São Miguel de Queijas;
- ✓ No Centro de dia da APOIO com a Ludoteca Fundação Marquês de Pombal;
- **Mini-Passeio** – lanche convívio no exterior (Padaria Portuguesa)

Dia da Mulher



Bailes de Primavera



Mini - Passeios



Abril

Temas/atividades:

•Páscoa

- ✓ Missa Pascal no centro de Dia da APOIO
- ✓ Realização de um presente para os utentes de Centro de Dia e Apoio Domiciliário;

•Teatro Politeama- *Cinderela – O Musical*

•Mini-Passeio – lanche convívio no exterior (Parque Anjos Algés)

•Programa cForte @80- parceria Câmara Municipal de Oeiras e Faculdade Motricidade Humana

•Workshop

- ✓ Higiene das mãos, dentes e umbigo -dinamizado pela Escola Superior de Saúde Atlântica

Missa Pascal



Programa cForte @80



Mini - Passeios



Teatro



Maio

Temas/atividades:

- **Dia da Mãe** - Declamação de Poemas alusivos ao Dia da Mãe, com a participação de atores do teatro independente de Oeiras;
- **Passeio** ao Santuário de Fátima
- **Visita** ao Estádio e ao Museu do Sport Lisboa e Benfica
- **Workshop**
✓ **Saúde, Bem-estar e Sensibilização da Prevenção de Quedas** - dinamizado pela Escola Superior de Saúde Atlântica

Dia da Mãe



Santuário de Fátima



Estádio do SLB



Junho

Temas/atividades:

- **Arraial Santos Populares** - Almoço e Baile convívio com os utentes da URA; decoração do espaço do Centro de Dia;
- **Apresentação Marchas Populares** - jardim Centro de Dia da APOIO
 - ✓ Marcha da APOIO
 - ✓ Marcha Centro Social Paroquial de São Miguel de Queijas
- **Workshop**
 - ✓ **Cuidados a ter com o calor** - dinamizado pela Escola Superior de Saúde Atlântica
- **Dia da Consciencialização da Violência contra a Pessoa Idosa** – elaboração de uma Tela alusiva ao dia, atividade realizada em conjunto com o Centro Social Paroquial de São Miguel de Queijas

Arraial



Marchas



Dia da Consciencialização da Violência contra a Pessoa Idosa



Julho

Temas/atividades:

- **Mini-Passeio** – visita Museu da Marinha e lanche convívio no exterior (Pastéis de Belém)
- **Projeto Praia Acessível** – ida á praia de Santo Amaro de Oeiras
- **Jornadas Mundiais da Juventude**- atividade promovida por 12 voluntários de diferentes Paróquias que partilharam/ouviram histórias e reflexões dos utentes

Jornadas Mundiais da Juventude

Praia Acessível



Mini - Passeios



Agosto

Temas/atividades:

- **Atividades Livres**

Setembro

Temas/atividades:

- **Participação Projecto Trishaw**- Pedalar sem idade- (convite União de Juntas de Freguesia de Carnaxide e Queijas) - Realizada no jardim de Belém;
- **Almoço convívio em Palmela**

Trishaw



Almoço em Palmela



Outubro

Temas/atividades:

- **Oficina de Informática** - Dinamizada por voluntários da empresa Moongy;
- **Oficina Expressiva e Terapêutica** - Projeto Tu-em-Ti - Realizado todas as 6ª feiras, por uma professora voluntária;

Oficina Expressiva



Oficina de Informática



Novembro

Temas/atividades:

- **Participação Projecto Trishaw**- Pedalar sem idade- (convite União de Juntas de Freguesia de Carnaxide e Queijas) - Realizada no jardim de Belém;
- **Magusto**
- ✓ **Decoração do Centro de Dia**
- ✓ **Tarde convívio no** Centro Social Paroquial de São Miguel de Queijas;

Trishaw



Convívio no Centro Social Paroquial de São Miguel de Queijas



Dezembro

Temas/atividades:

- **Feira de Natal**- Venda de trabalhos elaborados pelos utentes de Centro de Dia.
- **Elaboração de Presentes de Natal** - Preparação dos Presentes de Natal (saquinhos de tecido) destinado aos utentes de Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e colaboradores.
- **Decoração do Centro de Dia** – Enfeites de Natal.
- **Festa de Natal** - Atuação do grupo musical Cavaquinhos; Apresentação do Filme de Natal; Entrega das prendas de Natal; Convívio entre utentes e funcionários; Lanche.
- **Almoço de Natal** - Recriação de um almoço de Natal, realizado no Centro de Dia, entre os utentes e a Equipe Técnica

Presentes de Natal



Almoço de Natal



Festa de Natal



➤ Serviços permanentes nos centros de dia

- Alimentação - pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar
- Higiene Pessoal - efetuada no Centro de dia
- Tratamento roupas -efetuada na lavandaria da instituição
- Transporte para o Centro de Dia – pessoas idosas com perda de autonomia e/ou que vivam muito longe do Centro de dia
- Medição de tensão arterial/Medição da Glicémia/Ministração e preparação de medicação

- Execução e acompanhamento de diligências externas - consultas, exames, pagamentos despesas fixas, deslocações diversas
- Apoio Sociofamiliar (elaboração plano de ajuda/intervenção individual, atendimentos, aconselhamentos, resolução de problemas, encaminhamentos, articulação com outros serviços e/ou entidades).

O Centro e Dia da APOIO tem capacidade e acordo com a Segurança Social para 50 utentes

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

O Centro de Dia da APOIO esteve aberto

de Segunda a Sexta-feira das 9 horas às 18 horas

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

- Ação Continua –

➤ **Actividades desenvolvidas ao longo de 2023**

Atividade: gestão da equipa e do serviço de Apoio Domiciliário

- ✓ **Reuniões com a equipa de ajudantes de ação direta** – planificação, organização, supervisão e avaliação permanente do trabalho realizado.
- ✓ **Atualização permanente dos instrumentos de trabalho**, processos individuais, mapa listagens utentes, mapas medicação, mapa distribuição almoços; mapa distribuição trabalho ajudantes ação direta.

Atividade: atendimento social/intervenção com a pessoa idoso e/ou família

- ✓ **Apoio Sociofamiliar** (elaboração plano de ajuda/intervenção individual, atendimentos, aconselhamentos, resolução de problemas, encaminhamentos, articulação com outros serviços e/ou entidades
- ✓ **Visitas domiciliárias** a pessoas idosas/famílias que usufruem do serviço com o objetivo de avaliar e ou reavaliar o plano de cuidados individuais inicialmente elaborado.
- ✓ **Promoção da articulação** da Família das pessoas idosas com a Instituição ao nível da prestação dos serviços, reforçando as capacidades e competências das famílias, facilitando-lhes o ensino e o treino na prestação dos cuidados;
- ✓ **Promoção da articulação** entre a equipa das ajudantes de ação direta, a equipa de enfermagem dos cuidados continuados, de forma a melhorar os cuidados prestados nos domicílios dos utentes.

Atividade: Programa de alargamento resposta social Apoio Domiciliário

- ✓ **Alargamento do serviço de Apoio Domiciliário das 15horas às 20horas aos Sábados, domingos e feriados** – Os utentes da APOIO puderam continuar a usufruir de ajuda para fazer face às suas necessidades básicas de vida aos sábados, domingos e feriados também das 15 horas às 20 horas. A APOIO em 2022 conseguiu abranger 11 utentes naquele período, através do Programa de Alargamento da Resposta Social Apoio Domiciliário, promovido pela Camara Municipal de Oeiras desde setembro de 2018.

-Terapia Ocupacional-

- ✓ **Visitas domiciliárias com a Assistente Social** Coordenadora do Serviço de Apoio Domiciliário – avaliação das necessidades dos utentes
- ✓ **Visitas domiciliárias com a Equipe de Ajudantes Ação Direta** – observação e adaptação de procedimentos, fornecimento de estratégias à equipe
- ✓ **Intervenção Individual em Terapia Ocupacional** - sessões semanais junto dos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário
- ✓ **Propostas de aquisição de produtos de apoio** para melhorar a prestação do serviço do Apoio domiciliário

➤ **Serviços permanentes do apoio domiciliário**

- Fornecimento e apoio nas refeições (pequeno-almoço, almoço, lanche, jantar), respeitando as dietas com prescrição médica;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene habitacional estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Higiene habitacional periódica
- Tratamento roupas (efetuado na lavandaria da instituição)
- Acompanhamento e transporte, a diligências externas;
- Orientação ou acompanhamento de pequenas reparações ou modificações no domicílio
- Serviço de Animação/Socialização
- Cedência de ajudas técnicas

O Serviço de Apoio Domiciliário tem capacidade e acordo com a Segurança Social para 75 utentes

Através do Programa de Alargamento do Serviço do Apoio Domiciliário promovido pela Câmara Municipal de Oeiras a Apoio abrangeu 10 utentes

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

**O Serviço de Apoio Domiciliário da Associação APOIO funcionou
de Segunda a Domingo incluindo Feriados das 08 horas às 20 horas**

CANTINA SOCIAL

Através da participação neste Programa, a APOIO, ao longo do ano de 2023, assegurou às famílias e indivíduos o acesso a refeições diárias, almoço e jantar, todos os dias da semana. As famílias e indivíduos beneficiados foram aqueles que por situações adversas na sua vida ficaram expostos a situações de vulnerabilidade devido ao desemprego, com filhos a cargo, com baixos rendimentos, portadores de doenças crónicas e ou deficiências.

Para garantir a privacidade das famílias o consumo das refeições foi feito no domicílio.

Como parceiros privilegiados de sinalização dos respetivos beneficiários, contam-se a Câmara Municipal de Oeiras e a União de Juntas de Freguesia de Carnaxide e Queijas.

Foram fornecidas diariamente 30 refeições abrangendo 14 agregados, 15 beneficiários (12 Masculinos e 3 femininos), residentes na União de Freguesia de Carnaxide e Queijas.

OUTROS ÂMBITOS DE INTERVENÇÃO

-Ações de Formação-

Para a APOIO a constante qualificação dos seus serviços é fundamental, em 2023 a **equipa técnica participou**:

- Na Formação Profissional do Curso “Violência contra Pessoas Idosas e a Prestação de cuidados, promovido pela APAV, com duração de 12 horas;
- Na Formação Profissional do Curso de Gestão Integrada de Recursos Humanos, promovido pela ENTRAJUDA com duração de 14 horas;
- No Workshop "Sobrecarga emocional do cuidador informal" - promovido pela Associação Alzheimer Portugal com duração de 3 horas;
- No Workshop “Estratégias para lidar com a pessoa com demência “- promovido pela Associação Alzheimer Portugal com duração de 3 horas;
- No Workshop “intervenção cognitiva na área da demência “- promovido pela Associação Alzheimer Portugal com duração de 3 horas;
- No Workshop “Demência: Impacto no cuidador informal “- promovido pela Associação Alzheimer Portugal com duração de 3 horas;
- 1.º Webinar do ciclo de Webinars “Viver do Averso “sobre a interdisciplinaridade na saúde – promovido pela Equipa de Reinserção da divisão de intervenção nos comportamentos aditivos e nas dependências (DICAD) da ARSLVT. I.P, com a duração de 2h30



-ESTÁGIOS, ACÇÕES DE VOLUNTARIADO E TRABALHO COMUNITÁRIO-

A APOIO em 2023 recebeu Estágios Curriculares das seguintes Instituições:

- Escola Superior de Saúde do Alcoitão – 4 estagiários
- Escola Superior de Enfermagem de Lisboa – 6 estagiários

-OUTRAS PARTICIPAÇÕES –

A APOIO em 2023 participou ainda:

- Na X Mostra Social – “Uma Viagem no tempo – a Nossa História” – Promovida pela Comissão Social de Freguesia da União de Freguesias de Algés, Linda-a-Velha, Cruz Quebrada e Dafundo nos dias 19, 20 e 21 de maio;
- Na Feira de Voluntariado da Nova SBE no dia 26 de setembro
- Participação no Programa do Pingo Doce Bairro Feliz



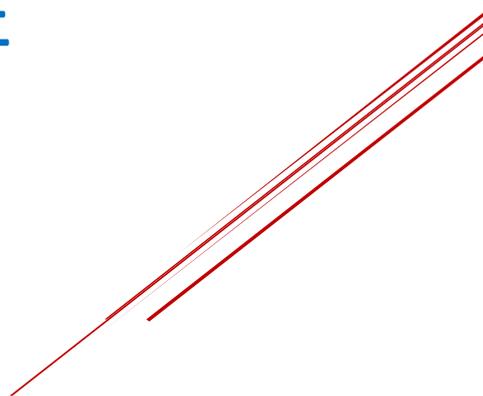
Algés, 04 de março de 2024

Maria Dulce do Vale Pereira
(Diretora Técnica da Ação Social)



Cuidamos, acarinhamos e educamos

RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2022 - 2023



Introdução

Este relatório regista atividades realizadas no período escolar de setembro de 2022 a Agosto de 2023.

“A Creche constitui uma das primeiras experiências da criança num sistema organizado, exterior ao seu círculo familiar, onde irá ser integrada e no qual se pretende que venha a desenvolver determinadas competências e capacidades” (In Manual de processos chave de creche, 2ª edição, Seg. Social I.P)

Organizamos desta forma, um plano de ação de uma prática pedagógica coerente e adequada às nossas crianças (dos 4 meses aos 3 anos), sempre num ambiente educativo desafiador e tendo ainda como base os princípios orientadores do nosso PE (Projeto Educativo). Foram criados o PPC (Projeto Pedagógico da Creche), o PAA (Plano Anual de Atividades), e os PPS (Projetos Pedagógicos de Salas). Este trabalho teve inicialmente todo o processo de adaptação das crianças na creche.

A organização dos primeiros dias de cada ano está obviamente dependente da satisfação das necessidades individuais das crianças, sobretudo das mais pequenas. O objetivo principal é que a criança faça uma boa integração nas rotinas da Creche.

Após a adaptação as crianças sentem-se mais seguras e tranquilas, ficando assim mais predispostas a aceitar as sugestões para a realização de atividades. É a brincar que as crianças aprendem, e é o ponto de partida para a aquisição do conhecimento e para a formação do seu ser.

➤ Cronograma de Atividades

Setembro/Octubro

Temas/atividades:

- Adaptação
- Outono
- Sessão de Teatro na Creche
- Festa do halloween

Objetivos:

- Integração das Crianças nas rotinas da Creche
- Desenvolver a sua autonomia.
- Desenvolvimento da imaginação criativa.



Novembro/Dezembro

•Temas/atividades:

- S. Martinho
- Dia Nacional do Pijama
- Atividade/Vindimas
- Atividade com os nossos animais domésticos
- Tertúlia “Birras e comportamentos desafiantes”
- Inverno
- Natal

Objetivos:

- Promover a integração e o convívio entre pais, família e escola;
- Conhecer as tradições e a cultura;
- Consciencializar para que toda a criança tenha direito a uma família;
- Tempo de partilha e solidariedade



Janeiro/Fevereiro

•Temas/atividades:

- Reis
- Carnaval
- Um cão e um gato e outros animais na Creche.
- Tertúlia “Doenças na infância”
- Sessão de Teatro na Creche

Objetivos:

- Promover a participação e a tradição em festas comemorativas;
- Potenciar a criatividade das crianças e famílias vivendo as brincadeiras de Carnaval.
- Respeito/cuidados para com os animais



"DESAFIOS DA EDUCAÇÃO"

Tema e convidado que se adequa aos desafios que as crianças na idade de creche nos trazem (a pais e profissionais de educação).



2

Dr.ª Matilde Padrão
Médica de Saúde Geral
e Familiar

Temas do interesse comum
ao nível da saúde infantil.



Março/Abril

•Temas/atividades:

- Dia do Pai/ Piquenique.
- Primavera
- Dia da Árvore
- Páscoa
- Tertúlia/Terapia da Fala
- Sessão de Teatro na Creche

Objetivos:

- Promoção da relação entre escola e família;
- Preservação do meio ambiente, sensibilização das crianças;
- Valorizar as festas e comemorações culturais.
- Envolver os pais processo de desenvolvimento dos filhos



"DESAFIOS DA EDUCAÇÃO"

Tema e convidado que se adequem aos desafios que as crianças na idade de creche nos trazem (a pais e profissionais de educação).

3

Dr.ª Marcia Martins
Terapeuta da Fala

Temas : Terapia da Fala



Maio/Junho

•Temas/atividades:

- Dia da Mãe
- Dia Mundial da Criança/Insufláveis
- Passeio/Biblioteca de Algés
- Santos Populares
- Festa de Final de Ano
- Passeio de Finalistas/Aquário Vasco da Gama

Objetivos:

- Proporcionar uma atividade/momento especial entre mãe e filho;
- Deixar a criança viver e sentir um dia especial
- Final de ano letivo – Celebração com atividades diversas.



"DESAFIOS DA EDUCAÇÃO"

Tema e convidado que se adequem aos desafios que as crianças na idade de creche nos trazem (a pais e profissionais de educação).

4

Dentista
Dr.ª Carla Indira Ailhinho
Tema : Higiene Oral Infantil



Julho/Agosto

• ATIVIDADES REALIZADAS:

- Atividades de exterior;
- Passeios na comunidade;
- Piscinas;
- Danças;
- Jogos variados com água;
- Muita, muita brincadeira!



Factos Relevantes

- Visita do Sr. Governador dos Rotários
- Concerto para Bebés.



Outras realizações e acontecimentos:

• Reuniões:

- Direção
- Equipa Educativa
- Reuniões de Sala/Avaliações
- Reunião Geral de pais
- Com parceiros: Elli e Emdiip
- Serviços de Reinserção Social
- Equipa BebéArte

- ✓ Visita de acompanhamento da Segurança Social
- ✓ Sessão de Fotos de Natal na Creche
- ✓ Formação "Portefólios"

Notas Finais:

Em creche deve existir tempo e espaço para o brincar, desde logo porque a relação da criança com o mundo da brincadeira começa muito cedo, através da exploração do seu próprio corpo, que é ao mesmo tempo uma forma de se expressar e de brincar, assim como uma forma de se conhecer a si própria e ao meio ambiente. Enquanto brinca, a criança exprime-se livremente e retira prazer das experiências que realiza. As capacidades e aprendizagens que o brincar proporciona são variadas e possibilitam dotar as crianças de competências físicas, pessoais, relacionais, cognitivas e técnicas, tornando-as capazes de transformar o mundo que as rodeia, com sentido crítico e positivo.

A creche assume assim um papel fundamental em todo o processo de crescimento e aprendizagem, em particular nas primeiras etapas do desenvolvimento infantil, pois a brincar na creche, a criança cresce!

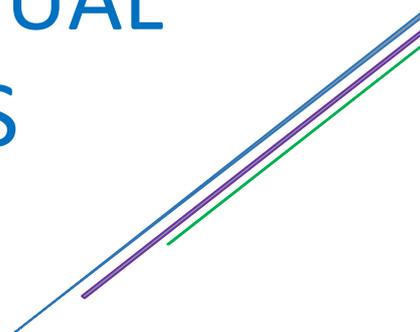
Continuamos a Cuidar, Acarinhar e Educar as nossas crianças.

Outurela, 04 de Março de 2024

A Diretora Técnica
Eduarda Correia



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES 2023



| Fórum Apoio e Redes de Comunicação

Introdução

O Fluxo das atividades do fórum apoio no ano de 2023, diminui-se em relação aos outros anos.

As 8 sessões de Noite de Poesia continuaram no formato misto (Online e presencial), e destas sessões, 7 foram em parceria com o Chá Poético Rotário Luso-Brasileiro, e a do mês de outubro foi a comemoração do 8º Aniversário das Noites de Poesia.

- 28 de janeiro – “Esperança” a paz e harmonia universal
- 25 de fevereiro – “Não me leve a mal, hoje é Carnaval”
- 25 de março – “Pelo sonho é que vamos”
- 29 de abril – “A Poesia em busca da liberdade”
- 27 de maio – “Poesia Luso-Afro-Brasileira”
- 08 de julho – “Festas populares do Brasil e de Portugal”
- 25 de outubro – “8º Aniversário das Noites de Poesias”
- 16 de dezembro – “Em Clima Natalino: Natal, Família e Paz”

Quanto as apresentações literárias, houve apenas a apresentação do livro “Outra Lua” da Poetisa Maria do Rosário Freitas, no mês de março.

As sessões do Café Memória decorreram presencialmente no último sábado de cada mês com temas associadas ao Alzheimer, sendo que algumas sessões foram canceladas.

Vale também destacar uma sessão especial de abril, da Peça de Teatro “Fragmento – A Demência na Velhice”, uma parceria do Café Memória e o Grupo Teatral “um poema na vila – Coruche”, em comemoração ao 8º aniversário do Café Memória. Foi uma representação que emocionou todos os que assistiram e que permitiu uma reflexão e partilha muito interessantes!

Realizou-se também no nosso Fórum alguns formações e workshop ligados a área social, em parecia com a CMO.

O newsletter institucional da Apoio foi publicado periodicamente, mencionando os acontecimentos mais marcantes de cada área de intervenção da instituição. No total foram 12 publicações, sendo que tivemos uma especial em comemoração dos 35 anos da APOIO.

Nas redes sociais (Facebook, Instagram e o site institucional) continuamos a publicar as atividades efetuados periodicamente.

➤ Cronograma das Atividade e Newsletter

Janeiro

Newsletter Edição 17

Noite de Poesia - "Esperança" a paz e harmonia universal

Café Memória - "Cuidados Institucionais na Demência"



Fevereiro

Newsletter Edição 18

Noite de Poesia - "Não me leve a mal, hoje é Carnaval"

Café Memória - "Carnaval, lembranças Carnavalescas"



Março

Newsletter Edição 19

Noite de Poesia - "Pelo Sonho é que vamos"
Café Memória - "Informação e estratégias de auto-cuidado para cuidadores de Pessoas com Demência"
Apresentação Literária - "Outra Lua" da Poetisa Maria do Rosário Freitas



Abril

Newsletter Edição 21

Newsletter Edição especial 35º Aniversário da APOIO

Café Memória - Peça de "Fragmento" - sobre a Demência na Velhice



Maio

Newsletter Edição 22

Noite de Poesia - "Poesia Luso-Afro-Brasileira"

Café Memória - "NEURO FIT"



Junho

Newsletter Edição 23



Julho

Newsletter Edição 24

Noite de Poesia - Festas Populares do Brasil e de Portugal

Café Memória - "Apresentação da Home360APOIAR"



Setembro

Newsletter Edição 25

Café Memória - "Comunicação, Relações Interpessoais e Demência"



Outubro

Newsletter Edição 26

Noite de Poesia - 8º Aniversário das Noites de Poesia da IPSS Apoio

Café Memória - "A dança e a música, como potenciadores de bem-estar"



Café Memória
o eiras
Todos os quartos sábados do mês, das 10 às 12h
"A dança e a música, como potenciadores de bem-estar"
Sessão dinamizada pela equipa de Café Memória.
No Fórum Apoio, Rua Margarida Palha, 23A, Aljezur.

Novembro

Newsletter Edição 27

Café Memória - "Auto Cuidado na Demência"



Café Memória
o eiras
Todos os quartos sábados do mês, das 10 às 12h
"Auto Cuidado na Demência"
Com a Dra Lia Silva, da Associação Alzheimer Portugal
No Fórum Apoio, Rua Margarida Palha, 23A, Aljezur.



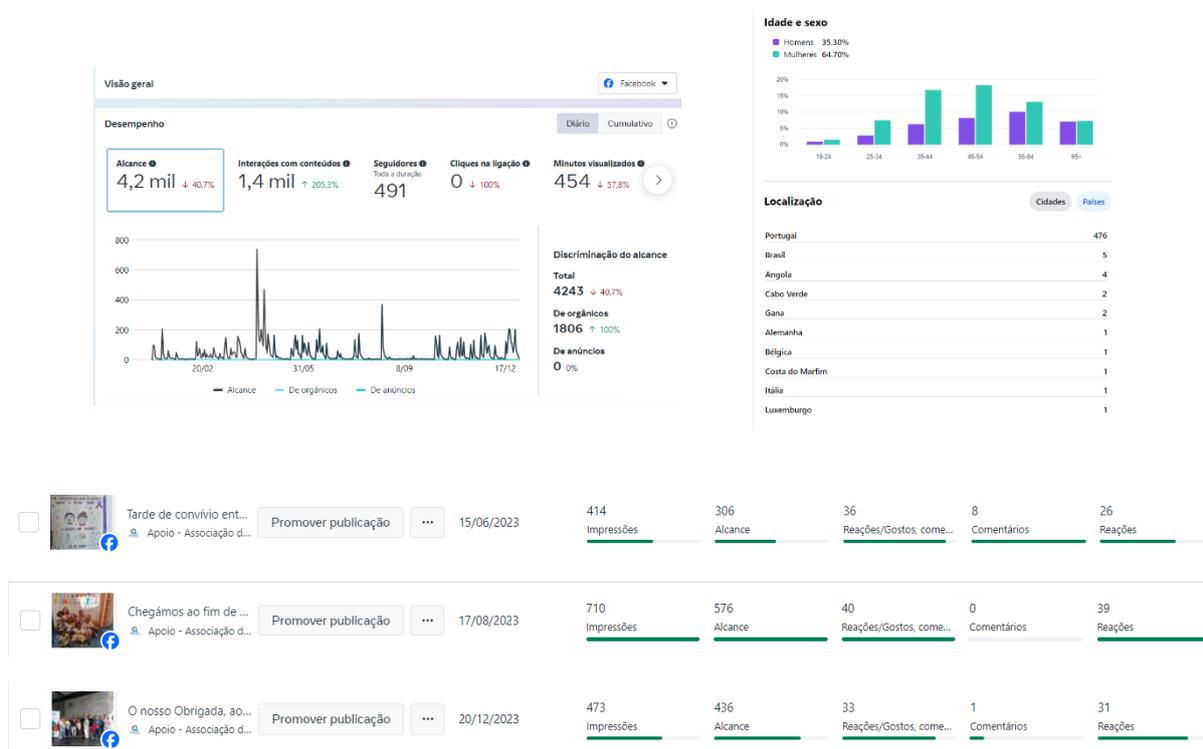
➤ Facebook e Instagram

No ano 2023, a nossa página de Facebook teve 40 novos seguidores, e quanto aos números de alcances, junho, agosto e o dezembro foram os meses mais altos e de visitas a nossa página.

No Instagram, ganhamos mais 27 novos seguidores e houve mais interação e visitas a nossa página do que os anos anteriores. Os períodos de maiores visualizações, foram os meses de janeiro, maio e junho.

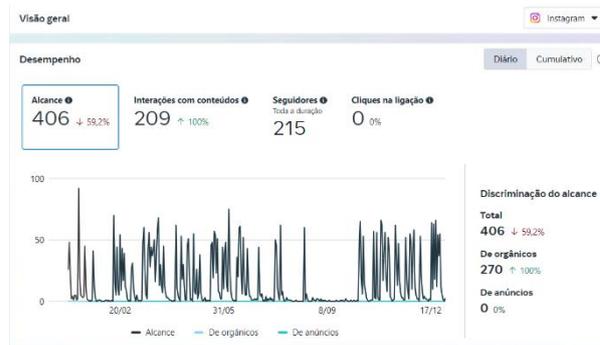
Continuamos a ter uma variação de seguidores de várias localidades de Portugal e países de Europa e CPLP.

✓ Facebook





✓ Instagram



| Publicação | Data | Impressões | Alcance | Comentários | Gostos |
|--------------------------------|------------|------------|---------|-------------|--------|
| É com muita honra, q... | 14/02/2023 | 145 | 96 | 0 | 10 |
| Os nossos idosos do ... | 23/05/2023 | 131 | 83 | 0 | 14 |
| Os utentes da Apoio e resid... | 05/06/2023 | 151 | 93 | 0 | 22 |



➤ Emails de comunicação

Mantivemos a comunicação e a divulgação das nossas atividades via email aos nossos sócios e parceiros, via email da comunicação. Todas as atividades apresentadas no cronograma foram enviadas pelo nosso email de comunicação, e além disso como todos os anos, enviamos um postal comemorativo (Natal) aos nossos sócios e parceiros, entre outros cartazes informativos/divulgação.

