

25 anos

Tudo aquilo que se partilha, multiplica-se

PLANO DE ATIVIDADES



Índice

| 1. | Introdução | | | | |
|--------------------------|------------|---|-----|--|--|
| 2. | lde | ntificação da Instituição | | | |
| 3. Política de qualidade | | | | | |
| 4. | | nstituição dos Órgãos Sociais (2019-2023) | | | |
| 5. | Áre | eas de Intervenção | 12 | | |
| | 5.1 | Ação Social | .13 | | |
| | 5.2 | Emprego/Formação | 20 | | |
| | 5.3 | Área Idosos | 25 | | |
| 6. | At | ividades gerais | 32 | | |
| | 6.1 | Angariação de fundos | .33 | | |
| | 6.2 | Team building | 33 | | |
| | 6.3 | Manutenção edificio | 33 | | |
| | 6.4 | Novos Projetos | 34 | | |

A O W france



1. Introdução

Justin My Bourse



Nota introdutória

O Plano de Atividades ilustra as principais iniciativas que o CSPAMMM pretende realizar em 2022. As atividades e projetos ilustrados neste documento representam a tradução prática dos objetivos definidos e aprovados pela direção.

| Indicadores a analizar | Resultados | | | |
|------------------------|--|--|--|--|
| TEMA | Celebrar o encontro | | | |
| OBJETIVO GERAL | Sejamos lugar de encontro com foco na mudança | | | |
| | Auxiliar o utente no desenvolvimento do seu projeto de vida | | | |
| | Comunicar de forma clara em conformidade com os nosso valores | | | |
| OBJETIVOS ESPECÍFICOS | Inovar as respostas às necessidades apresentadas | | | |
| | Promover o espírito de equipa através de encontros entre colaboradores, utentes, | | | |
| | voluntários e parceiros | | | |
| VALORES | Dignidade, Encontro, Dedicação | | | |

Este documento partiu da avaliação do plano de atividade anterior e foi construído através de um percurso colegial e participativo que envolveu a equipa de coordenação e os membros da direção, que decorreu no período de 1 de outubro a 3 de novembro de 2021, sendo todo o processo acompanhado pelo diretor executivo. O processo incluiu ainda uma avaliação mais alargada com os principais stakeholders do nosso território (utentes, voluntários, paroquia e outros parceiros) de forma a integrar as políticas de intervenção em conformidade com as reais necessidades da comunidade.

Escolhemos para este ano o tema "Celebrar o encontro" pelos seguintes motivos:

- 1- Fundado a 23 de maio de 1997, o Centro **celebra** este ano, 25 anos de vida. Ao longo destes anos o CSPAMMM orgulha-se de ver o seu trabalho a ter resultados e a transformar a vida de tantas famílias, crianças e idosos. Chegou a altura de festejar e destacar este acontecimento com várias iniciativas ao logo do ano.
- 2- Meses de pandemia deixaram uma marca e uma enorme vontade de viver o desejo de liberdade e libertação. Queremos neste período promover momentos de proximidade e **encontro** para viver de novo a intensa experiência da socialização e relacionamento.

Por último, quero deixar a todos uma mensagem de confiança e esperança. Estou certo de que com as competências profissionais e humanas dos nossos colaboradores, dirigentes, voluntários e parceiros, tudo faremos para satisfazer as necessidades da nossa comunidade. Juntos, vamos, uma vez mais, dar prova da nossa enorme capacidade de superação de desafios. Cada um de nós pode fazer a diferença, mas somente juntos conseguiremos ultrapassar esta realidade. Juntos somos mais fortes!

Algueirão, 01 de novembro 2021

Diretor

(Ir. Cristinel Gherfi)

Janua Janua



2. Identificação da Instituição

January January



2.1 Designação:



2.2 Contatos:

Endereço: Largo da Igreja, 2725-061 Mem Martins

Telefone: 219 226 400

E-mail: geral@cspammm.pt

Site: www.cspammm.pt

Redes sociais:

https://www.facebook.com/cspammm

https://www.instagram.com/c.s.p.a.m.m.m

2.3 Instituição

O Centro Social Paroquial de Algueirão Mem Martins Mercês é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, canonicamente ereta, com personalidade jurídica no foro canónico e civil, pertencente à Paróquia de S. José de Algueirão - Mem Martins e Mercês e constituída a 23 de maio de 1997.

O CSPAMMM é assim um serviço da Paróquia, que tem como principal fim o de cultivar nos paroquianos a noção das responsabilidades sociais, motivando-os para as exigências cristãs da solidariedade, da partilha e da comunicação de bens e, muito em particular, ajudando-os a dar resposta adequada às carências que eventualmente se verifiquem entre os habitantes da Paróquia, mediante sérias ações de assistência, promoção ou desenvolvimento, segundo as circunstâncias.

Jeniste James



Missão

A missão do CSPAMMM é combater o isolamento e a exclusão social; o objetivo é que na comunidade de Algueirão-Mem Martins Mercês todos possam viver plenamente integrados e com dignidade.

Visão

O CSPAMMM pretende ser uma instituição católica de referência no apoio social, a idosos e crianças residentes na Freguesia de Algueirão - Mem Martins.

Aspiramos ser um centro de apoio aos elementos mais desfavorecidos da comunidade, onde estes possam ver colmatadas as suas carências, mas principalmente, onde consigam fortalecer-se e munir-se das armas para a reinserção na sociedade e na vida ativa. "Ensinar a pescar", mas enquanto a educação dura, dar-lhes o peixe.

Valores

| Valorizar a Pessoa | Defender e promover a integração dos cidadãos vendo cada um como PESSOA |
|--|---|
| Dedicar-se ao Utente | Colaborar e apoiar os utentes na procura e obtenção de respostas às suas carências. |
| Ser Parceiro | Estabelecer relações de confiança de longo prazo, mutuamente benéficas com os nossos parceiros, procurando identificar e aprofundar relações de parceria que nos ajudem a concretizar os nossos objetivos |
| Melhorar Constantemente | Ser uma Organização em constante evolução e inovação de práticas, através do envolvimento da direção, dos colaboradores, amigos do centro, voluntários, parceiros e comunidade |
| Praticar a Equidade e Transparência | Comprometemo-nos a promover a igualdade de direitos e deveres, dos nossos colaboradores, utentes, parceiros, amigos do centro, voluntários. Praticamos a equidade (temos em conta a situação concreta) e a transparência |

Januare Januare



3. Política Qualidade

Junior Janotes



Satisfazer as necessidades e expectativas dos utentes e outras partes interessadas, controlando a conformidade dos processos (práticas e registos) e melhorando a sustentabilidade da organização.

Garantir uma prestação de serviços qualificada, competente e certificada de forma a satisfazer as necessidades dos utentes, crianças e respetivas famílias, colaboradores e fornecedores, bem como, da comunidade em geral.

Apostar no trabalho de equipa e no respeito pela responsabilidade e contribuição individual, motivando a participação de todos, preparando e implementando ações que contribuam para a melhoria da qualidade, nomeadamente através do aumento de competências dos colaboradores.

Gerir eficazmente o sistema de gestão de qualidade, a segurança e higiene no trabalho, assim como, a segurança alimentar.

Promover uma parceria contínua com outros agentes e instituições locais, regionais e nacionais, de forma a prestar serviços sociais e comunitários à comunidade que servimos.

Jane Bant



o acesso gratuito aos medicamentos de quem se encontre numa situação de carência socioeconómica, que o impossibilite de adquirir os medicamentos comparticipados prescritos por receita médica.

a.3) Apoio económico

Apoio mantido através de parcerias que possibilitam o apoio monetário para a aquisição de títulos de transporte, pagamento de contas de luz, gás, água, renda ou entre outras despesas cujo apoio se justifique.

a.4) Loja solidária

Inaugurada no último semestre de 2019, pretende apoiar as famílias mais vulneráveis em produtos de higiene e limpeza, assim como em roupa de cama, vestuário, brinquedos, entre outros. Prevê-se a doação destes produtos a famílias que apresentem estas necessidades. Para além deste apoio, poderá também a comunidade aceder a estes bens e produtos através de um donativo simbólico que reverterá a favor do projeto de ação social.

a.5) Inserção laboral

A 13 julho de 2018, realizou-se um acordo de parceria com o *Programa Incorpora*, da Fundação "*La Caixa*", com o fim de facilitar a integração laboral a pessoas em situação de risco de exclusão social.

a.6) Novas atividades 2022

Para além das atividades e objetivos estabelecidos em planos anteriores, no presente ano propomos-mos a investir na melhoria contínua dos nossos serviços com o foco na promoção da dignidade dos utentes por nós atendidos e apoiados. Passamos a descrever as novas atividades que pretendemos implementar:

- Avaliação do grau de satisfação do serviço disponibilizado e dos atendimentos efetuados através da aplicação de questionários onde será possível avaliar a nível global a sua satisfação ao serviço e ao atendimento. Será aplicado aos utentes atendidos pela 1ª vez e utentes acompanhados na área da emergência social no decorrer do 1º trimestre do ano;
- Ações de capacitação aos utentes através de parcerias com outras instituições Prevê-se manter parceria com a Casa do Brasil Lisboa, no âmbito do projeto "Migrante Participa em Sintra"; com a Aproximar com o projeto "Emprega+"; com a APDJ com o projeto "InComintervenção na comunidade"; e ainda com a Associação Empresarial de Sintra com o seu projeto "Capacitarmais", sempre com o objetivo de desenvolvimento de competências sociais, pessoais



e profissionais e/ou formações que se enquadrem nas necessidades dos utentes tanto da área de Emergência Social como dos utentes acompanhados pela equipa do RSI.

- Cooperação entre respostas do CSPAMMM no âmbito de sessões de informação: Prevêse, ao longo do ano, a realização de várias sessões de informação e/ou sensibilização, nomeadamente: Sessão de informação referente à gestão do trabalho doméstico; Sessão de abertura de atividade (recibos verdes);
- Momentos de formação para voluntários Desenvolver, ao longo do ano, três momentos de formação, partilha e convívio para todos os voluntários tendo como base a missão e valores da instituição;
- Reuniões com os voluntários da instituição Promover reuniões trimestrais com os voluntários da Instituição, sempre que necessário, para uma melhor reorganização;
- Ações de formação para técnicos Adquirir novos conhecimentos em áreas que se notem como sendo essenciais à intervenção com o público-alvo, nomeadamente na área da empregabilidade, imigração, recursos da comunidade, entre outros;
- Melhoria da comunicação externa Maior dinamização das redes sociais da instituição dando a conhecer a toda a comunidade as valências que a instituição tem e as atividades que são desenvolvidas no decorrer do ano, para que haja uma maior relação de proximidade instituição-comunidade.
- Realização de candidaturas a projetos sociais Apesar de esta atividade ser já algo recorrente na Instituição, identificamos a necessidade de o fazer com mais regularidade;
- Acompanhamento mais regular aos beneficiários Garantir a avaliação anual ou sempre que se considerar necessário da situação socioeconómica dos beneficiários e definir diligências possíveis de realizar para promover a autonomização da pessoa;
- Implementar o Programa "Reduzir a Precariedade Energética, Promover a Literacia" (EntreAjuda) Desde o início do ano prevê-se uma sensibilização dos utentes e a utilização da plataforma disponibilizada para um acompanhamento mais adaptado a cada caso acompanhado;
- Realização da Ceia de Natal Celebrar a união de todos através de uma ceia de natal em que participem colaboradores, beneficiários e voluntários.

a.5) Equipa de Rendimento Social de Inserção

A Equipa de RSI do CSPAMMM, fundada a dezembro de 2009, constitui uma resposta à comunidade através da intervenção com beneficiários de uma prestação social. A equipa acompanha uma média mensal de 300 utentes e 135 agregados familiares.

O RSI enquanto medida de política social no combate à pobreza e exclusão social, tem como fim assegurar aos cidadãos e aos seus agregados familiares, recursos que contribuam para a satisfação das suas necessidades básicas, e em simultâneo contribuir para a sua progressiva



inserção social, laboral e comunitária, respeitando os princípios de igualdade, solidariedade, equidade e justiça social.

À semelhança dos anos anteriores, está prevista uma intervenção da parte da equipa a nível individual, coletivo e comunitário.

No ano 2022, a Equipa de RSI, orientada pela temática anual, deseja promover a celebração do encontro entre as pessoas e os serviços. Atualmente o nosso País está passar por uma fase de recobro face à Pandemia por Covid 19, em que a grande maioria da população adulta se encontra vacinada e com uma taxa de infeção que se pensa de menor risco, o que irá permitir uma maior aproximação entre quem procura, e quem pode encontrar e orientar, sem restrições e sem medos.

O objetivo geral, orientador de toda a metodologia planeada pela Equipa na sua intervenção, prevê que todos os momentos sejam de encontro com o objetivo de alcançar mudanças de hábitos, formas de pensamento ou de ver o seu mundo e dos outros, respeitando sempre a individualidade e experiências de cada um.

Motivada por encontrar soluções com uma boa adesão pelo seu publico alvo, a Equipa promoveu no mês de outubro 2021, a atividade "Diagnóstico Participativo" através do preenchimento de um questionário publicitado via email, telefone e por contactos presenciais, sendo uma forma de avaliar os interesses dos utentes e que orientaram a escolha das sessões coletivas a serem promovidas pela Equipa.

As sessões coletivas pretendem reunir utentes com necessidades semelhantes e constituem, dentro das principais áreas de atuação da Equipa, momentos focados na aprendizagem, adaptação e mudança. As principais áreas de intervenção da Equipa, são a área do Emprego, Formação, Educação, Saúde, Habitação e Ação Social.

a.5.1) A Área do Emprego

É a área avaliada com mais frequência e que, sendo trabalhada, pode, de forma mais célere mudar a qualidade de vida de todo o agregado familiar. Através da capacitação do utente na tomada de consciência das suas capacidades e potencialidades, pretende-se ajudá-lo a desenvolver um conjunto de objetivos claros e exequíveis que possam projetar o seu futuro.

Através da tomada de consciência pelos utentes da mudança de vida pela integração profissional, a equipa contribui para a autonomização dos mesmos da medida RSI, e consequentemente consegue ajudar os utentes a encontrar o respeito por si mesmos e dos próximos.

Para além, de uma intervenção a nível individual, de forma regular e personalizada na sensibilização e motivação para a procura de emprego, a Equipa irá também desenvolver atividades coletivas que promovam a celebração de encontros pertinentes nesta temática, nomeadamente:



- Duas sessões de Informação sobre o "Programa Incorpora _ O que querem as Empresas", cujo objetivo é informar todos os utentes desempregados do CSPAMMM, da existência do Programa, como veículo à possível integração profissional. Após as sessões de informação, pretende-se que os utentes possam ter facilidade de agendamento de atendimento, formação gratuita, ofertas de emprego exclusivas, de forma a aumentar as suas hipóteses de integração profissional. A possibilidade de ter presentes nas sessões diferentes parceiros, que funcionam como entidades de recrutamento, é uma mais-valia e um fator potenciador de mudança para os beneficiários.
- •O "Projeto Ativar +" consiste na criação de Grupos de Entreajuda que promovam a interação entre utentes em momentos agendados e dinamizados por elementos da Equipa. O objetivo passa pelo foco na aprendizagem de estratégias positivas na procura de emprego e na criação de hábitos e rotinas, orientadas à empregabilidade. Estas sessões pretendem englobar os mesmos três elementos, em encontros quinzenais com início em janeiro de 2022 e a decorrer ao longo do ano, até que os mesmos sejam pertinentes, ou até à integração profissional dos seus elementos. Para facilitar o acesso a internet, que muitas famílias afirmam não ter acesso a partir de casa; a Equipa pretende disponibilizar, com marcação prévia, uma sala com acesso a computador para a realização de procura individual de emprego. Pretende-se assim, motivar a autonomia dos utentes nos processos necessários à concretização do projeto de vida que definem.
- Sessão "Trabalhadores Independentes" _ propõem-se a informação aos nossos utentes sobre a abertura de atividade nas Finanças, obrigações e benefícios adjacentes, assim como direitos e deveres dos trabalhadores, ação que pensa conseguir-se com a colaboração da Casa Brasil de Lisboa.

a.5.2) A área da Formação Profissional

É uma área importante uma vez que uma percentagem acentuada de utentes, apresenta baixa escolaridade, ou não tem área profissional especifica. No processo de facilitação entre a oferta e a procura de formações, a Equipa vai disponibilizar aos beneficiários a informação do Instituto de Emprego e Formação Profissional acerca dos seus Centros de Formação e Formações a ser desenvolvidas e onde os nossos utentes se podem inscrever. A Formação, para além de poder permitir aumentar a escolaridade aproveitando a fase de desemprego, proporciona uma fase de mudança e capacitação. Os utentes devem assim ser orientados no sentido de adaptarem o seu projeto de vida, à sua nova realidade e com isso estar abertos e aptos para a mudança. Este ano a Equipa optou por não promover uma sessão coletiva nesta área, uma vez que se tem verificado ser mais útil prestar informação aos utentes à medida que esta for disponibilizada e em momentos oportunos e de acordo com cada situação.

a.5.3) A área da Saúde



É uma área prioritária para a equipa, uma vez que muitos beneficiários apresentam problemas de saúde, não tendo a possibilidade de integrar o mercado de trabalho, nem acesso a uma reforma antecipada, constituindo assim a medida RSI como único recurso.

Neste âmbito, a Equipa procura ter uma postura de proximidade e empatia por quem para além de sofrer com uma doença, tem ainda de enfrentar dificuldades económicas e todas as burocracias e obrigatoriedades associadas a pedidos de apoio e manutenção de uma prestação.

A Equipa, intervém através da sensibilização para um acompanhamento médico regular, o seguimento da prescrição médica e o apoio à obtenção dos documentos necessários à avaliação médica, que possa facilitar o acesso a outras prestações. A Equipa procura uma articulação próxima com outros serviços, nomeadamente o acesso ao Cartão Abem, que é fundamental para quem necessita de medicação crónica e não dispõe de meios económicos compatíveis com o pagamento desses medicamentos. Deste modo, o programa garante um cartão em farmácias parceiras para acesso a medicação gratuita.

Está previsto para o ano 2022, o desenvolvimento de um projeto integrado na área da saúde que pretende envolver três temáticas diferentes e definidas pelos beneficiários, através do Diagnóstico participativo, como de grande interesse.

As sessões coletivas previstas nesta área são:

- Sessão coletiva "Primeiros Socorros": procura-se em parceria com uma entidade forte nesta área, como os Bombeiros Voluntários de Mem Martins, conseguir um momento coletivo para sensibilizar na promoção da saúde e em simultâneo capacitar os nossos utentes a saber como atuar perante uma situação de emergência médica;
- Sessão coletiva "Doenças Cardiovasculares": pretende-se, em parceria com o Instituto Português de Cardiologia, criar um momento de fornecimento de informação sobre o despiste de doenças cardiovasculares, assim como informação informal acerca das doenças mais comuns e hábitos saudáveis de prevenção.
- Sessão coletiva "Bem Me Quero": através da parceria com a Unidade de Saúde Familiar de Mem Martins, esta iniciativa pretende fornecer informação aos beneficiários para que consigam identificar e atuar sobre sinais de ansiedade e depressão, de forma a conhecer métodos de como lidar com agentes causadores de desconforto, tal como o isolamento.

a.5.4) A área da Educação

É muito importante na atuação da Equipa, uma vez que, uma grande parte dos agregados familiares é constituído por crianças e jovens, que também eles vivenciam as dificuldades económicas que os pais atravessam. A principal intervenção sobre os mais jovens, é realizada de uma forma indireta, através dos seus pais. A equipa pretende sensibilizar para importância de matricular as crianças a partir dos 3 anos em ensino pré-escolar para iniciarem a estimulação psicossocial, assim como promover nos pais o envolvimento com a escola e a importância dos mesmos no sucesso escolar dos seus filhos.

Para ano 2022, a Equipa tinha planeado a sessão coletiva para abordar o tema de adição aos videojogos, por se pensar ser muito comum entre jovens dos oito e os treze anos. Esta ação

Lying Bourse



poderia ser desenvolvida pelo Instituto de Apoio à Criança, muito sensível a temas atuais e de interesse em meio escolar. No entanto, verificou-se que a sessão foi pouco votada, em Diagnóstico Participativo, pelos beneficiários, não considerando assim este tema como pertinente. Deste modo, e respeitando assim a sua opinião a Equipa não se vai mobilizar para a concretizar.

a.5.5) A área da habitação

Tem como grande constrangimento o elevado encargo a nível de pagamento de rendas e amortizações, que criam situações de dívida por parte de algumas famílias. Assim como a dificuldade em encontrar quartos ou habitação a preços combatíveis com rendimento familiar. Através da possibilidade de redução de níveis de contágio por Covid-19, existe a expetativa por parte da Equipa em desenvolver o seu trabalho de proximidade, junto e com as famílias, através da realização de visitas domiciliárias. Pretende-se com este instrumento de trabalho social, ter melhor conhecimento das reais necessidades das famílias e formas de as poder capacitar a melhor se adaptarem às suas condições.

Para a ajuda neste processo, a Equipa pretende desenvolver um projeto nesta área:

• Sessão coletiva "Organizar +": Pretende-se com o apoio da Casa Brasil de Lisboa, promover uma sessão que confira ideias sobre a melhoria de hábitos de organização e limpeza doméstica. Pretende-se que haja a sensibilização de temas como a preservação do meio ambiente, redução do desperdício, e uso de materiais recicláveis.

a.5.6) A área da Cidadania

É fundamental na intervenção da Equipa. Orientada pela temática do ano 2022, de celebração do encontro com foco na mudança, a Equipa pretende proporcionar junto dos seus utentes, em cada momento comum, uma oportunidade, uma expetativa e um compromisso. Pretende-se ao longo de 2022, desenvolver diferentes projetos com diferentes intervenientes, nomeadamente:

- Sessão coletiva "Diga não à Discriminação": esta sessão surgiu do interesse dos beneficiários demonstrada através do "Diagnóstico Participativo". Foi mencionada a necessidade de informação e sensibilização acerca da xenofobia, racismo e desigualdade de género. Pretende-se a parceria com a Casa Brasil de Lisboa.
- Diagnóstico Participativo: pretende-se em 2022 continuar a ouvir e respeitar a voz dos utentes, conhecer as suas expetativas, os seus interesses, as suas críticas e sugestões. Neste processo, a realização de um Diagnóstico Participativo na construção do Plano de Atividades, é uma procura de encontro e descoberta, com o qual se pretende ter maior efeito sobre os utentes, promovendo uma maior adesão ao que se poderá propor.
- Sessão "Serviços Públicos Essenciais: Saiba tudo o que importa": pretende-se através da parceria com o Serviço Municipal de Informação ao Consumidor da CMS, facilitar informação sobre os serviços essenciais e formas de poupança tendo em vista, tarifas sociais, avisos de corte, prescrição de dívidas e comunicações eletrónicas.



- Projeto "Mimar +": pretende-se em 2022 promover o encontro entre pessoas, e ajudar a perceção como todos partilhamos a mesma Instituição e como a nossa ação pode ter efeito nos outros. Considerando que possa ser ainda um risco promover um encontro direto entre crianças beneficiárias de RSI e utentes idosos do Centro de Dia, planeou-se uma forma indireta de encontro e partilha. Pretende-se que crianças utentes RSI com idades entre os 4 e os 6 anos, possam ter uma atividade conjunta com os seus pais, para juntos desenvolverem o espírito solidário através do trabalho em equipa, na pintura de uma tela que se pretende oferecer aos utentes idosos do Centro de Dia no dia 1 de outubro de 2022, Dia Internacional do Idoso.
- Projeto "Cuidar +": é um projeto anual na área da cidadania que pretende aproveitar a Loja Solidária da Instituição. Pretende-se que após avaliar a necessidade de roupas ou produtos de higiene, se possa facultar às famílias, acesso a esta resposta. Situação que será avaliada, através de visitas domiciliárias.

Dentro do seguimento do papel da Equipa na construção de uma atividade motivada pela Celebração do Encontro, junto dos seus utentes, colegas de trabalho e entidades parceiras, a Equipa propõe a resposta aos quatro principais objetivos específicos do CSPAMMM, através das seguintes formas:

- Auxiliar em todos os momentos, os utentes, a desenvolver o seu projeto de vida, consciencializando-os para as suas potencialidades e capacidade de adaptação às situações crise que atravessam.
- A Equipa pretende manter uma postura recetiva à comunicação, livre, aberta e assertiva, de forma a poder aumentar o seu impacto e apoio perante os outros, tendo como pano de fundo os valores sustentados na dignidade, encontro e dedicação à causa.
- A Equipa pretende continuar a desenvolver técnicas de intervenção que possam ser inovadoras e que consigam facilitar o contacto com os utentes,
- Por último, para promover o espírito de Equipa através de encontros, a Equipa propõe diferentes momentos que possam facilitar o contacto entre todos os colaboradores e assim aumentar o sentimento de pertença a um grupo que em conjunto constituem o corpo profissional e diretivo do CSPAMMM.

Al Marin James



5.2 Emprego e Formação

a) Rede de Empregabilidade de Sintra

Através do contacto com as empresas do concelho, iremos manter a nossa participação na Rede de Empregabilidade de Sintra (RES). Esta parceria permite o desenvolvimento de várias ações de formação no âmbito da Vida Ativa com integração em estágios profissionais, de forma a melhorar o perfil de empregabilidade dos formandos e promover a integração profissional.

Para este ano prevê-se:

- Ações de formação para técnicos e beneficiários continuar a desenvolver algumas competências dos técnicos que trabalham a área do emprego, tal como dos beneficiários, estando previstas formações de *coaching* e desenvolvimento pessoal;
- Contactar mais e melhor com os beneficiários dar a conhecer aos nossos beneficiários as formações do IEFP que estão planeadas para 2022 e ofertas de trabalho que a RES tem disponíveis.

b) Programa INCORPORA

A funcionar desde junho de 2018, o CSPAMMM renovou acordo por mais um ano a partir de janeiro de 2021.

O INCORPORA facilita oportunidades de trabalho a pessoas que têm maior dificuldade em encontrar um emprego. Da mesma forma, o programa ajuda empresas a encontrar pessoal qualificado, gerir os seus processos de seleção e reforçar a sua responsabilidade social corporativa.

O Programa iniciou com 33 entidades Sociais em Lisboa, Setúbal, Porto e Coimbra. O programa expandiu a sua atividade para mais 3 territórios, Faro, Évora, Viseu e Beja.

b.1) Plano Estratégico 2022

Objetivos Anuais

| Beneficiários | Empresas visitadas | Ofertas geridas | Ofertas partilhadas | Empresas Contratantes | Inserções |
|---------------|-----------------------|--------------------|------------------------|--------------------------|-----------|
| 120 | 65 | 60 | 55 | 15 | 30 |

Jamoes Jamoes



Através de uma análise e reflexão de todo o trabalho desenvolvido em 2021, é possível definir uma estratégia para 2022. Para o próximo ano, ter-se-á em consideração que existe espaço para a melhoria, tanto na área do atendimento e acompanhamento, como na prospeção.

A zona geográfica de Sintra tem um grande potencial na área industrial, comercial e de serviços. Para além destes setores, existe um elevado número de entidades do terceiro sector, pelo que se pretenderá explorar eventuais parcerias e manter relações já estabelecidas com este sector para a angariação de propostas de emprego e estabelecimento de novas relações.

Para o ano de 2022, é expectável que consigamos gerir cerca de 120 beneficiários novos. Prevemos a inserção no mercado de trabalho de cerca de 30 beneficiários e o acompanhamento dos utentes já integrados em 2020. Para que este objetivo seja cumprido, acreditamos ser necessária visitar cerca de 6 novas empresas e manter o vínculo e visitas às 53 empresas já registadas. Das ofertas geridas pretendemos partilhar 95% dessas ofertas. Acreditamos que a nova estratégia colaborativa de reuniões semanais de *job matching*, permitirá um aumento do número de ofertas partilhadas com sucesso na integração.

b.2) Plano de Ação

- Captação de novos beneficiários: Para a captação de novos beneficiários pretendemos manter a articulação com entidades da zona geográfica que fazem atendimento ou apoiam utentes em situação de risco de exclusão social, limitações físicas e/ou na área da saúde mental; e apresentar o Programa INCORPORA aos beneficiários identificados pela equipa do RSI do CSPAMMM;
- Plano de seguimento das integrações efetuadas: Acompanhar as integrações realizadas por forma a manter um acompanhamento personalizado através da elaboração de uma lista dos beneficiários/as e com as diligências efetuadas para casa situação. Pretende-se a realização deste plano até perfazer, no máximo, um ano de contratação na empresa;
- Plano de seguimento das empresas contratantes: através da realização de contactos telefónicos, envio de e-mails e visitas agendadas, pretende-se dar um acompanhamento às empresas contratantes. Sempre que ainda se mantenha algum beneficiário integrado, promover uma boa articulação entre o técnico de acompanhamento e de prospeção com a empresa, no sentido de garantir a satisfação, tanto do beneficiário, como da empresa. Esta proximidade poderá minimizar ou até mesmo evitar possíveis ruturas ou até rescisões prematuras;
- Plano de visitas a empresas: elaborar uma lista de empresas da freguesia e/ou concelho de Sintra que possam oferecer postos de trabalho adequados ao perfil dos nossos beneficiários. Inicialmente, começar a partir das empresas e do pequeno comércio que já é parceiro do Centro Social dentro da responsabilidade social. Em termos de abordagem, pretende-se realizar contactos telefónicos, enviar e-mails e/ou fazer a prospeção de porta em porta;

b.3) Estratégia de abordagem



Na área da prospeção:

- Captação de novos beneficiários: Para a captação de novos beneficiários pretendemos manter a articulação com entidades da zona geográfica que fazem atendimento ou apoiam utentes em situação de risco de exclusão social, limitações físicas e/ou na área da saúde mental; e apresentar o Programa INCORPORA aos beneficiários identificados pela equipa do RSI do CSPAMMM;
- Plano de seguimento das integrações efetuadas: Acompanhar as integrações realizadas por forma a manter um acompanhamento personalizado através da elaboração de uma lista dos beneficiários/as e com as diligências efetuadas para casa situação. Pretende-se a realização deste plano até perfazer, no máximo, um ano de contratação na empresa;
- Plano de seguimento das empresas contratantes: através da realização de contactos telefónicos, envio de e-mails e visitas agendadas, pretende-se dar um acompanhamento às empresas contratantes. Sempre que ainda se mantenha algum beneficiário integrado, promover uma boa articulação entre o técnico de acompanhamento e de prospeção com a empresa, no sentido de garantir a satisfação, tanto do beneficiário, como da empresa. Esta proximidade poderá minimizar ou até mesmo evitar possíveis ruturas ou até rescisões prematuras;
- Plano de visitas a empresas: elaborar uma lista de empresas da freguesia e/ou concelho de Sintra que possam oferecer postos de trabalho adequados ao perfil dos nossos beneficiários. Inicialmente, começar a partir das empresas e do pequeno comércio que já é parceiro do Centro Social dentro da responsabilidade social. Em termos de abordagem, pretende-se realizar contactos telefónicos, enviar e-mails e/ou fazer a prospeção de porta em porta;

Na comunicação:

Prevê-se manter os contactos e sessões com utentes convocados pelo Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP) de dois em dois meses, sendo estes referenciados também pelos Gabinetes de Inserção Profissional do concelho de Sintra;

Plano de Formação:

- a. Formação para técnicos:
- Na área da imigração a fim de promover uma integração dos beneficiários mais eficaz no mercado de trabalho;
- Na área da Empregabilidade de forma a aprimorar as estratégias utilizadas quer no acompanhamento dos beneficiários (p.ex., acolhimento, desenho do perfil, integração no mercado de trabalho e apoio pós-integração) quer no trabalho de prospeção com as empresas (p.ex., estratégias de abordagem, estratégias de técnicas de venda).
 - b. Formação para beneficiários:
 - Desenvolvimento de soft skills;
- Preparação para entrevistas (desde a apresentação física, postura, dicção, perguntas que poderão fazer, tarefas a realizar antes da entrevista como pesquisar acerca da empresa contratante, etc.);

June James



- Role play de entrevistas (simular com os beneficiários um contexto real de entrevista);
- Importância e elaboração de CV's e cartas de apresentação.



5.3 Área Idosos

O Centro de Dia e o Serviço de Apoio Domiciliário são respostas que visam apoiar a valorização pessoal, partilha de conhecimentos e experiências pessoais, que em conjunto com o apoio nas necessidades básicas e realização de atividades socioculturais (pois estão afetados por diferentes níveis de dependências), contribuem para a melhoria da qualidade de vida dos idosos. Cada vez mais, há necessidade de criar respostas diversificadas, no sentido de criar novos horizontes e reforçar a forma como é vista a situação dos idosos em contexto destas respostas sociais.

No nosso entender, as respostas sociais direcionadas à população sénior existem em moldes fixos e pouco dinâmicos, em todo o território nacional. Pretendemos dar respostas diferenciadas e atuais à realidade existente na nossa Freguesia e adaptada a cada indivíduo.

Torna-se urgente que as instituições de apoio à terceira idade, providenciem uma intervenção mais diversificada e abrangente que ultrapassa o serviço básico de apoio ao utente na realização das suas atividades básicas da vida diária e do seu convívio social, sendo reclamada uma prestação de serviços consciente de todas as dimensões que compõe o ser humano que cuidam.

Com o presente Plano de Atividades pretendemos contribuir para um envelhecimento ativo e saudável, no sentido de combater o isolamento social e manter/incentivar os projetos de vida de cada utente e potencializar um conjunto de ações e atividades para promover uma convivência, participação e integração dos idosos na vida social.

No âmbito da nossa intervenção, iremos empenhar-nos em conhecer a singularidade de cada utente, a fim de propor atividades que contribuam efetivamente para a melhoria da sua qualidade de vida e consequentemente pelo gosto de viver, convidando para o autoconhecimento, à descoberta do ambiente que nos circunda, à aprendizagem ao longo da vida, à participação e à vontade de projetar o futuro.

a) Centro de Dia

A resposta social Centro de Dia destina-se a acolher idosos que se encontram inseridos no seu meio sociofamiliar e na comunidade, visando a promoção da autonomia e a prevenção de situações de dependência ou o seu agravamento. Presta um conjunto de serviços que satisfazem as necessidades básicas dos utentes, apoio psicossocial, fomenta as relações interpessoais, a fim de evitar o isolamento social.

O Centro de Dia do CSPAMMM, dispõe de uma capacidade licenciada de 32 vagas, das quais 20 são protocoladas com o Instituto da Segurança Social. Esta resposta, desenvolve a sua atividade nos dias úteis, entre as 09:00 e as 18:00.

In I Janva



A rotina diária do Centro de Dia desenvolve-se nos horários representados no quadro abaixo:

| HORÁRIO | ATIVIDADE |
|---------|--------------------------|
| 09:00 - | Transporte/Acolhimento |
| 10:30 - | Atividades programadas |
| 11:45 - | Preparação para o almoço |
| 12:00 - | Almoço |
| 12:45 - | Livre |
| 13:30 - | Atividades programadas |
| 15:30 - | Preparação para o lanche |
| 15:45 - | Lanche |
| 16:00 - | Transporte |
| Até às | Regresso ao domicílio |

O Centro de Dia é um espaço de acolhimento, onde se desenvolvem conjuntos variados de serviços, em função das necessidades dos utentes, tais como atividades ocupacionais, que têm por objetivo prevenir, estimular e manter as capacidades físicas, mentais, cognitivas e relacionais considerando a individualidade e a contínua autonomia dos utentes; alimentação (almoço e lanche); transporte para a deslocação entre o Centro e a sua residência e vice-versa; apoio psicossocial aos utentes e suas famílias.

Para além dos serviços acima identificados, esta resposta social pode ainda assegurar outras atividades aos seus utentes, nomeadamente:

- Assistência medicamentosa:
- Cuidados de Higiene Pessoal;
- Cuidados de imagem e bem-estar;
- Articulação com os serviços locais de saúde, nomeadamente na execução de cuidados primários de saúde;
 - Disponibilização de produtos de apoio à funcionalidade e à autonomia;
 - Serviço de refeições ao domicílio;
 - Acompanhamento em deslocações externas;
 - Transporte extraordinário.

Para a realização destas atividades contamos com uma equipa de três profissionais, nomeadamente a Diretora Técnica e duas Ajudantes de Ação Direta.

Adicionalmente temos o contributo de profissionais na área da fisioterapia, psicologia, enfermagem e outros, através de parcerias estabelecidas ao longos destes anos. Contamos que no ano de 2022 criemos mais parceiros que contribuam para a inovação, dinâmica e bom funcionamento da Instituição.

Considerando o tema escolhido, para o ano de 2022, para a nossa Instituição, "Celebrar o Encontro", propomo-nos, no âmbito desta resposta, contribuir para o bem-estar, qualidade

LY Il Baure



de vida e em manter o projeto de vida de cada utente, de uma forma individualizada, mas em conjunto com o grupo, centralizando-se nas seguintes ações:

a.1) Cuidados de Saúde

- Realização de avaliações de psicologia e enfermagem (com o apoio de parceiros)
- Medição e avaliação de tensão arterial e glicémias;
- Realização de rastreios de tensão arterial e diabetes (com o apoio de parceiros);
- Administração da medicação aos utentes, conforme prescrição médica;
- Orientação e agendamento de consultas médicas, sempre que solicitado;
- Marcação de exames médicos, sempre que solicitado;
- Encaminhamento dos utentes para outros profissionais de saúde.
- **a.2) Atividades Físicas/Motoras** a atividade física estimula a memória e coordenação motora dos idosos e, quando aliada ao convívio social pode levar a uma melhoria ou prevenção de doenças.
- Ginástica Geriátrica em parceria com uma Clínica de Fisioterapia, pretende-se promover e/ou manter a autonomia dos nossos utentes, através de exercícios físicos adaptados.
- Jogos de bowling é um jogo que ajuda o idoso a trabalhar a motricidade, a capacidade motora e a interação social de forma lúdica.
- Dança está associada a memórias e experiências importantes da vida. Será desenvolvida através da organização de bailes e festas comemorativas.
- **a.3)** Atividades de Estimulação Cognitiva a estimulação cognitiva promove o envolvimento em atividades que visam a melhoria geral do funcionamento cognitivo e social, de forma a compensar défices nas funções cognitivas e a manter a função diária preservada durante o máximo tempo possível.
- Partilha de provérbios populares através do conhecimento e convívio entre utentes, por forma a enriquecer memórias antigas;
 - Partilha de quadras e lengalengas populares treino da atenção e da memória;
- Quizzes, jogos de lógica, quebra-cabeças, enigmas e adivinhas aumento da atividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória, através do convívio e do lazer;
- Debates atividade de discussão grupal, com assuntos da atualidade e propostas pelos utentes.

a.4) Atividades Lúdico/Recreativas/Culturais

- Atividades de Expressão Plástica recortes, colagens, pintura, confeção de pequenas lembranças e concurso/exposições de trabalhos;
 - Jogos Lúdicos Bingo, cartas e dominó;

James games



- Clube de Costura promover o envelhecimento ativo através de modificação de peças de roupa que têm em casa e pequenos arranjos, por forma a ocupar o seu tempo livre com uma atividade que conjuga a motricidade e a estimulação cognitiva;
- Clube de Leitura esta atividade tem como objetivo prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual, relacionar acontecimentos que os idosos experienciam, desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio, desenvolver o sentido da própria identidade;
- Conversas e comentários sobre atualidade, através de jornais e revistas consiste em incentivar os utentes a relacionarem-se uns com os outros de forma a proporcionar trocas de experiências e vivências. Permite também a troca de ideias, opiniões e sugestões, mas também transmissão de sentimentos e emoções através da voz, do comportamento, da postura e do movimento;
- Música tem por objetivo animar o utente, através da utilização de sons, movimentos e expressão corporal como meio de comunicação e ajudar a vivenciar situações passadas;
- Culinária experiências culinárias, com o objetivo da estimulação sensorial e da memória alimentar. Promoção de hábitos alimentares saudáveis;
- Visionamento de filmes e Idas ao teatro organizar sessões de cinema e teatro, previamente selecionadas, seguidas de sessões de debate e reflexão;
- Visitas a museus e exposições aumento do seu repertório de conhecimentos e socialização. Momento de lazer e de cultura;
- Idas à praia fomentar o gosto pelo mar e pelas atividades exteriores. Desenvolver o convívio e a socialização. Atividade realizada nos meses de verão.

a.5) Atividades de Carácter Religioso

- Oração;
- Rezar o Terço;
- Celebração da Eucaristia;
- Passeio a Fátima com os utentes.

b) Serviço de Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário, garante cuidados de higiene e conforto pessoal, fornecimento de refeições confecionadas, higiene habitacional (necessária à natureza dos cuidados prestados), tratamento de roupas, assistência medicamentosa e apoio psicossocial aos utentes a quem por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, estão dependentes de terceiros para a realização das atividades da vida diária.

Esta resposta social é denominada por "Coração Jovem", desenvolvendo a sua atividade nos dias úteis, entre as 08:00 e as 18:00, oferecendo aos seus utentes os seguintes serviços:

Anglin fauve



- Higiene pessoal;
- Higiene habitacional (inerente ao serviço);
- Alimentação (entrega de refeições confecionadas);
- Alimentação assistida;
- Tratamento de roupas;
- Cuidados de imagem e bem-estar;
- Apoio psicossocial;
- Assistência medicamentosa e monotorização de sinais vitais;
- Articulação com os serviços locais de saúde, nomeadamente na execução de cuidados primários de saúde;
 - Disponibilização de produtos de apoio à funcionalidade e à autonomia;
 - Atividades ocupacionais;
 - Apoio na aquisição de géneros alimentícios e outros artigos de primeira necessidade;
 - Transporte e acompanhamento em deslocações ao exterior.

O nosso Serviço de Apoio Domiciliário detém uma capacidade licenciada de 20 vagas, das quais 10 são protocoladas com o Instituto da Segurança Social.

Para a prestação dos serviços, contamos com uma equipa de cinco profissionais, nomeadamente a Diretora Técnica e quatro Ajudantes de Ação Direta.

No âmbito das atividades ocupacionais, esta resposta social promove ações que estimulam a participação ativa dos utentes e promovem a sua autonomia a vários níveis: cultural, psicológico, social e afetivo. Promove-se a sua estimulação cognitiva, desenvolvem-se atividades lúdicas, de expressão física, de caracter religioso, tendo em conta a sua individualidade. Assim o plano de atividades é um guião da nossa atuação ao longo do ano, onde encontramos as linhas gerais orientadoras das atividades e dos serviços com vista ao cumprimento da missão desta Instituição.

Na prestação do Serviço de Apoio Domiciliário aos nossos utentes, temos por objetivos:

- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e das famílias;
- Contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais;
- Prestar cuidados e serviços adequados às necessidades biopsicossoais dos utentes, sendo estes objetos de contratualização;
 - Assegurar a divulgação e o cumprimento das regras de funcionamento do CSPAMMM;
- Assegurar um atendimento individualizado e personalizado em função das necessidades específicas de cada utente;
- Proporcionar o maior respeito pela pessoa humana, valorizando o individuo e contribuir para a redução de situação de pobreza e de solidão;

James James



- Evitar o isolamento familiar e social, procurando motivar a família para cooperar com a pessoa idosa;
 - Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
- Promover o aproveitamento de oportunidades para a saúde, participação e segurança e no acesso à continuidade de aprendizagem ao longo da vida e o contacto com novas tecnologias úteis:
- Prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;
- Promover estratégias de manutenção e reforço da funcionalidade, autonomia e independência, do autocuidado e da autoestima e oportunidades para a mobilidade e atividade regular, tendo em atenção o estado de saúde e recomendações médicas de cada pessoa;
 - Promover a intergeracionalidade;
 - Reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores;
 - Facilitar o acesso a serviços da comunidade.

Para alem dos objetivos gerais, neste ano 2022 nos propomos:

b.1) Melhorar a qualidade das refeições

Visando a melhoria contínua da qualidade das refeições que oferecemos, iremos efetuar um levantamento semestral do nível de satisfação dos utentes à nossa alimentação e ajustar as ementas de acordo com sugestões que sejam dadas.

b.2) Atividades conjuntas com outras Respostas Sociais do CSPAMMM

Pretendemos criar dinâmicas e atividades que visem estabelecer um contacto mais direto entre os idosos e a crianças. O idoso tem um papel extremamente importante na formação das gerações mais novas, papel este que deve ser preservado, e as crianças têm um papel também importante na vida das gerações mais velhas.

Os nossos utentes da área sénior, vão fazer lembranças e entregar às crianças (até aos 6 anos) das famílias acompanhadas, pelas equipas de RSI e de Ação Social.

Por sua vez, vamos proporcionar um encontro entre pais e filhos, para elaborarem uma tela pintada por todos, com objetivo se ser oferecida aos utentes de Centro de Dia.

b.3) Formação e Sessões de Informação

Em 2022 manteremos como objetivo melhorar as competências e o desempenho dos colaboradores promovendo uma atualização das suas competências e a qualidade dos serviços prestados a todos os utentes. São identificadas as necessidades de formação (de acordo com os interesses e necessidades manifestadas, recolhidas através de diferentes meios) e é criado um plano de formação anual, cuja eficácia é avaliada pelos formandos e seus superiores hierárquicos.

Para além da formação contínua dos nossos colaboradores, pretende-se criar diversas sessões de informação para os nossos utentes relacionadas com prevenção em saúde, segurança,



envelhecimento ativo e outras temáticas (dinamizadas por técnicos e especialistas externos convidados).

b.4) Participação no Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Inclusivo e Saudável para 2019-2023

O CSPAMMM juntamente com os parceiros do Plano, compromete-se a atuar e a concretizar ações conjuntas, nomeadamente nos eixos estratégicos do fortalecimento das relações interinstitucionais; no fortalecimento de respostas integradas para a promoção da saúde; na adequação das respostas/serviços e linhas de apoio; na sensibilização da sociedade para as questões do envelhecimento; pela promoção da imagem positiva do sénior; na criação de medidas que contribuam para o aumento de condições de infraestruturas, habitação, acessibilidades e acesso à informação.



6. Atividades gerais

Janua Janua



6.1 Angariação de Fundos

De modo a garantir a recolha de verbas incrementais para o CSPAMMM, com o objetivo de permitir a sua sustentabilidade e o financiamento dos seus projetos de cariz social, irão ser promovidas as seguintes iniciativas:

a) Campanha de Consignação do IRS

Tratar do IRS é uma obrigação fiscal, mas também uma forma de ajudar. Como? A Autoridade Tributária (AT) permite, desde 2001, que os contribuintes utilizem o seu imposto para apoiar entidades de cariz social, ambiental ou cultural, através da consignação do IRS e/ou da consignação do IVA. As entidades elegíveis para receber as referidas consignações constam de uma lista elaborada, anualmente, pela Autoridade Tributaria.

b) Criação de novas parcerias

Serão desenvolvidas iniciativas de promoção do CSPAMMM, quer em termos de marca institucional, através da apresentação/comunicação institucional com empresas e organização de iniciativas de divulgação com vista à angariação de novos parceiros.

c) Angariar pelo menos duas empresas sob forma de mecenato

Estes tipos de parcerias baseiam a sua definição de donativo no descrito pelo Estatuto dos Benefícios Fiscais relativos ao mecenato, de Portugal. Os donativos constituem entregas em dinheiro ou em espécie, concedidas sem contrapartidas que configurem obrigações de caráter pecuniário ou comercial a entidades públicas ou privadas, cuja atividade consista na realização de iniciativas nas áreas social.

d) Caminhada solidaria

Realizar-se-á em conjunto com diferentes parceiros, apelando-se à participação de toda comunidade nesta caminhada, para angariação de fundos, através do pagamento de uma inscrição de participação.

6.2 Team Building (colaboradores)

Tendo em conta os objetivos estabelecidos para o ano 2022 propomos duas ações de team building, nomeadamente:

- Noite de Bowling
- Viagem a Fátima

Hyring Baute



6.3 Manutenção do edifício

Devido ao deterioramento da pintura do edifício da nossa instituição, iremos promover obras de renovação da pintura exterior. Para a concretização deste projeto será lançada uma candidatura aos programas de financiamento existentes neste âmbito em parceria com outras organizações de economia social.

6.4 Novos Projetos

a) Novo Centro Social



Após análise de mercado efetuada para clarificação da orientação estratégia do CSPAMMM, concluiu-se que as infraestruturas de serviço a pessoas idosas existentes na região se encontram no limite da capacidade da oferta e, que a propensão para o crescimento da procura por estes serviços terá tendência a aumentar.

Para poder responder as necessidades da comunidade decidimos avançar com uma candidatar ao Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais, onde a Direção do CSAPMWM definiu como condições cumulativas a obtenção de um terreno, a comparticipação do PARES em pelo menos 70%, a comparticipação da CMS em 20%, a obtenção de um financiamento bancário de pelo menos 10%.

O projeto do novo edifício do CSPAMMM foi traçado orientando-se somente para as atividades com pessoas idosas, neste sentido, planeou-se um aumento de capacidade em SAD de 20 para 100 utentes, em CD de 32 para 40 e criou-se uma resposta em Estrutura Residencial Para Idosos (ERPI) com uma capacidade para 80 utentes.

+ 1 Win faure



O tempo definido para construção é de 24 meses e o financiamento acompanhará o ritmo da edificação.

O planeamento da exploração económica e financeira adotou uma abordagem prudente e detalhada, baseada no conhecimento vivido do serviço, da coerência dos custos efetivos extrapolados para a nova realidade, atendendo à observância das exigências regulamentares exigidas pela Segurança Social e também, sem esquecer a comparação dos resultados alcançados com os de alguns dos *players* mais bem-sucedidos na região.

b) Mercearia Solidária



A fim de melhorar o apoio alimentar, é pretendido que, no ano de 2022, seja implementada uma nova forma de apoiar, promovendo a autonomização da pessoa e a sua autogestão a nível orçamental e familiar e para isso propomos-mos reestruturar a Mercearia Social de forma a ter:

- Criar um espaço aberto para expor os bens alimentares, produtos de higiene pessoal e de limpeza para os utentes escolherem, autonomamente, os itens que mais necessitam;
- Um espaço com uma mesa para os utentes de refeições confecionadas usufruírem das suas refeições;
 - Uma casa-de-banho para os utentes sem-abrigo realizarem a sua higiene pessoal.

c) Sala de terapia e estimulação sensorial Snoezelen

Sente-se cada vez mais a necessidade de ter respostas diversificadas, no sentido de reforçar a forma como é vista a situação de idosos em contexto de Apoio Domiciliário e centro de Dia. Devido ao nível elevado de dependência de muitos idosos com demências, dores cronicas, dores de foro psiquiátrico, é necessário criar alternativas e complementos às terapias

A Marin Janos



tradicionais, para que os idosos possam disfrutar de maior qualidade de vida. As respostas sociais direcionadas á população sénior são pouco dinâmicas em todo território nacional. Pretendemos desta forma dar uma resposta diferenciada e atual á realidade existente e adaptadas a cada individuo. O projeto será direcionado aos utentes seniores do Centro e aos seniores do Concelho de Sintra.



Januare Januare