



---

# PROGRAMA DE AÇÃO E ORÇAMENTO

**Ano de 2016**

## **1. INTRODUÇÃO**

Como determinado nos estatutos, neste documento são apresentados os objetivos fundamentais que pretendemos atingir no ano 2016, bem como o conjunto das atividades que os concretizam, com a finalidade de os partilharmos com os sócios, mas também com os utentes e seus familiares, uma vez que todos são parte ativa desta associação e contribuem para o sucesso que se pretende alcançar.

Este programa constitui-se, assim, como instrumento orientador da nossa atuação ao longo do ano e tem como objetivo principal a satisfação das necessidades básicas e de realização pessoal e social dos nossos utentes, mas também dos nossos colaboradores, dos nossos associados e da comunidade em geral.

Pretendemos contribuir para o retardamento do processo de envelhecimento e assegurar qualidade de vida, como função primeira. Nesta etapa de um percurso de grandes realizações construídas, de uma existência cheia, com alegrias e tristezas, com momentos altos e baixos, não podemos declinar os braços. Queremos que esta fase da vida seja encarada como uma das etapas cronológicas do ser humano e não apenas como a última, o que implica assegurar não só a prestação de serviços, como a alimentação, alojamento, higiene e saúde, mas também outras dinâmicas e a participação e envolvimento nas opções do processo decisório.

Desejamos, com a realização das atividades propostas, proporcionar uma vida mais ativa com momentos lúdicos, criativos, comunicacionais entre todos, respeitando os saberes e culturas de cada um, promovendo a sua autonomia pessoal e elevando a sua autoestima, estendendo estas ações à comunidade.

Conscientes dos inúmeros fatores que podem afetar a execução plena deste programa de ação, nomeadamente a conjuntura sócio económica e a dimensão da nossa instituição, contamos, tal como nos anos anteriores, com o esforço e dedicação de todos os que trabalham nesta Instituição, com a disponibilidade e empenho dos seus diretores e com a prestimosa colaboração dos nossos associados e amigos.

## 2. MISSÃO E OBJECTIVOS

A Liga Humanitária Social e Cultural de Aldeias, constituída em 27 de Outubro de 1986, tem por missão dar expressão organizada ao dever moral de justiça e de solidariedade, contribuindo para a efetivação dos direitos sociais dos cidadãos e, como objetivos, a promoção e o desenvolvimento de atividades de carácter social e cultural, sem finalidade lucrativa, no concelho de Gouveia, com principal incidência na freguesia de Aldeias e Mangualde da Serra, nos domínios do apoio às pessoas idosas, no auxílio aos agregados familiares mais carenciados e na colaboração à integração social e comunitária.

Pautaremos a nossa conduta por princípios éticos de transparência, de responsabilidade, de independência e imparcialidade, por forma a garantir que as necessidades e expectativas são sempre identificadas, atendidas e satisfeitas. Avaliaremos com regularidade se os serviços são prestados de acordo com o estabelecido nos regulamentos, bem como o desempenho dos colaboradores e fornecedores, de modo a alcançar uma melhoria contínua da organização.

### 1.1 – Objetivos fundamentais:

- Apoio às pessoas idosas;
- Apoio à família;
- Apoio à integração social e comunitária;

### 1.2 - Secundariamente, a associação propõe-se desenvolver os seguintes objetivos:

- Dinamizar atividades de animação comunitária;
- Promover e colaborar na divulgação do património local.

## 3. ATIVIDADES

Os objetivos principais concretizam-se mediante a concessão de bens, a prestação de serviços e o desenvolvimento de outras iniciativas de promoção do bem-estar e da qualidade de vida das pessoas, das famílias e da comunidade, nos seguintes domínios:

### 2.1 – No apoio às pessoas idosas:

Nas atividades institucionais de apoio à pessoa idosa, no decurso do ano 2015 foi feita a transição, em definitivo, do centro de noite para estrutura residencial para pessoas idosas (ERPI), com a consequente modificação do acordo com o Instituto da Segurança Social (ISS) para a respetiva valência.

As atividades institucionais compreendem a prestação de serviços de acordo com o quadro seguinte:

Atividade institucional/Serviços	Funcionamento	Capacidade	Protocolados com o ISS
<b><u>Apoio Domiciliário:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>♣ Fornecimento e apoio nas refeições;</li><li>♣ Higiene habitacional;</li><li>♣ Higiene pessoal;</li><li>♣ Lavandaria e tratamento de roupa;</li><li>♣ Terapia ocupacional;</li><li>♣ Psicomotricidade;</li><li>♣ Animação;</li><li>♣ Transporte.</li></ul>	Diariamente das 9h às 19h	15	15
<b><u>Centro de Dia:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>♣ Higiene pessoal;</li><li>♣ Lavandaria e tratamento de roupa;</li><li>♣ Refeições;</li><li>♣ Animação;</li><li>♣ Terapia ocupacional;</li><li>♣ Psicomotricidade;</li><li>♣ Enfermagem;</li><li>♣ Medicina.</li></ul>	Diariamente das 9h às 19h	30	12

<p><b><u>Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI):</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♣ Higiene pessoal;</li> <li>♣ Lavandaria e tratamento de roupa;</li> <li>♣ Refeições;</li> <li>♣ Alojamento;</li> <li>♣ Animação;</li> <li>♣ Terapia ocupacional;</li> <li>♣ Psicomotricidade;</li> <li>♣ Enfermagem;</li> <li>♣ Medicina.</li> </ul>	<p>Diariamente das 0h às 24h</p>	<p>18</p>	<p>15</p>
---	--------------------------------------	-----------	-----------

Tendo como propósito primordial garantir a qualidade de vida dos nossos utentes, vamos procurar dinamizar e desenvolver atividades e projetos que os motivem, envolvam e que possam ir cada vez mais ao encontro das suas expetativas, compatibilizando a melhoria das condições de conforto e humanismo, no desenvolvimento das seguintes ações:

- *Promover a manutenção do estado de saúde, restaurar e/ou reforçar as capacidades funcionais, de forma a auxiliar a pessoa a atingir o grau máximo de autonomia possível, sempre considerando os processos de perdas naturais do envelhecimento;*
- *Realizar Sessões de Movimento e de Estimulação Cognitiva adequadas ao público-alvo, orientadas por um técnico especialista;*
- *Realizar sessões individuais de Terapia Ocupacional e Psicomotricidade na instituição e domicílio, para os utentes com independência funcional;*
- *Promover palestras educativas e sessões de esclarecimento junto dos utentes, familiares e associados sobre temas de relevo para a população idosa, nomeadamente sobre envelhecimento ativo, a importância da atividade física e a prevenção de quedas;*
- *Realizar com agentes da Esquadra da GNR de Gouveia palestras educativas com os utentes e a comunidade sobre o tema “Idosos em Segurança”;*
- *Utilizar os meios informáticos (ex. Skype) como forma de contato entre os utentes e familiares que se encontrem noutras regiões do país e do mundo;*
- *Adquirir material ortopédico, de acordo com as necessidades dos utentes;*
- *Realizar a celebração eucarística na instituição, uma vez por semana;*
- *Organizar o Torneio de Sueca e Dominó, envolvendo as instituições do concelho de Gouveia.*

**2.2 – No apoio à família e na ajuda à integração social e comunitária:**

- *Manter a colaboração no âmbito da “cantina social” com a Santa Casa da Misericórdia de Gouveia;*
- *Colaborar no âmbito do programa de ajuda alimentar aos agregados familiares mais carenciados.*

**2.3 – Na dinamização de atividades de animação comunitária:**

- *Participar no projeto “Uma Aventura no Mundo da Cidadania”, de modo a fomentar e promover práticas de cidadania, envolvendo todas as cidadãs e cidadãos com as instituições da comunidade, de forma a reduzir desigualdades, fortalecer relações inclusivas, solidárias e intergeracionais;*
- *Desenvolver ações de animação de carácter lúdico, religioso, recreativo e cultural com a participação dos nossos utentes, seus familiares e associados, bem como, organizar e colaborar em atividades que envolvam as instituições locais e a comunidade.*

**2.4 – Na promoção, colaboração e divulgação do património local:**

- *Preservar as memórias, costumes e tradições da freguesia, procurando o envolvimento da população residente;*
- *Realizar sessões intituladas “Espaços de Memória” para a recolha de canções, quadras e tradições da freguesia das Aldeias, de forma a preservar a memória e o conhecimento dos Aldeenses. Estes serão armazenados num caderno e em formato informático (vídeos).*

## **2.5 - Na área da gestão e administração:**

- *Divulgar a ação da Instituição e simultaneamente promover a adesão de novos associados;*
- *Criar panfletos e cartões-de-visita com as informações primordiais e divulgar as atividades da instituição através dos meios informáticos, nomeadamente através da página de Facebook;*
- *Proceder ao arranjo do telhado no edifício antigo;*
- *Adquirir os imóveis adjacentes do lado norte que permitam, no futuro, a expansão da oferta da ERPI e a construção de instalações complementares para arrumos e garagem;*
- *Adquirir mobiliário e equipamentos indispensáveis ao normal funcionamento das valências;*
- *Proceder à adequação da hote da cozinha;*
- *Projetar uma requalificação do espaço exterior envolvente ao edifício, enquadrada com o desenvolvimento das nossas principais atividades;*
- *Fomentar a realização de protocolos de colaboração e de parceria com entidades públicas e privadas, locais ou regionais, que fomentem a troca de experiências, a diversidade e a melhoria dos nossos serviços;*
- *Participar de forma ativa na Comissão Local de Ação Social (CLAS);*
- *Continuar a campanha de recolha de tampas de plástico para a aquisição de material ortopédico para a instituição.*

## **2.6 – Na área de recursos humanos:**

- *Promover uma cultura organizacional capaz de estimular a motivação, o comprometimento e a formação dos recursos humanos;*
- *Promover o desenvolvimento pessoal e profissional dos colaboradores de uma forma integradora e coerente com as políticas e os princípios da instituição;*
- *Dar formação aos colaboradores da instituição, pelo menos três vezes por ano, nomeadamente ao nível de medidas de segurança, primeiros socorros e nas relações interpessoais;*
- *Implementar e testar o sistema de emergência em caso de incêndio ou sismo.*

## **2.7 – Calendarização das atividades mais significativas:**

### **- Janeiro**

- *Dia da Paz – Realização de um painel com as expectativas e sonhos dos utentes e colaboradores da instituição para o novo ano de 2016.*
- *Dia de Reis – Lanche convívio entre utentes e crianças da comunidade, onde se recordará o tempo das Janeiras e haverá troca de saberes, nomeadamente canções e tradições em torno das mesmas.*
- *Recriação da produção de enchido, recordando a tradição ao confeccionar o mesmo (ex. chouriça) com os utentes.*
- *Encontro de animadores (GAF) – participação no encontro de animadores, organizado pelo Grupo Aprender em Festa, no âmbito do projeto “Uma Aventura no Mundo da Cidadania”.*

### **- Fevereiro**

- *Mês de Carnaval – realização de decoração na instituição associada ao tema, incluindo máscaras .*
- *Desfile de Carnaval das Escolas – visualização do desfile de Carnaval das Escolas, em Gouveia.*
- *Participação nas comemorações do Carnaval em Gouveia.*
- *II Edição da Queima do Entrudo – realização de um entrudo com os utentes e o respetivo cortejo, envolvendo as crianças e a comunidade nesta atividade. No final será realizado um lanche com as tradicionais papas de milho.*
- *Encerramento do Projeto “Uma Aventura no Mundo da Cidadania” – participação nas comemorações de encerramento do projeto.*
- *Dia do Doente – realização de uma palestra com a enfermeira da instituição e um rastreio para avaliar tensão arterial, glicémia e índice de massa corporal, de forma a incentivar um estilo de vida mais saudável e diminuição de comportamentos de risco, junto da comunidade.*
- *Dia Mundial da Rádio – visita e participação num programa da Rádio de Gouveia sobre uma temática a definir.*
- *Dia dos Namorados – realização de uma sobremesa alusiva ao tema, com os utentes.*

### **- Março**

- *Dia Internacional da Mulher – realização de uma pequena lembrança para oferecer a todas as utentes e funcionárias da instituição.*
- *Dia do Pai – realização de estruturas de barro moldável pelos utentes.*
- *Início da Primavera – organização e renovação do jardim da instituição com a plantação de flores e decoração*

adequada ao tema. Criação de uma horta de ervas aromáticas e chás.

- Dia da Árvore – plantação de árvores no jardim exterior à instituição e noutros locais da freguesia, envolvendo a comunidade e a Junta de Freguesia.
- Dia do Teatro – assistir a uma pequena peça de Teatro, recorrendo às entidades do concelho, nomeadamente, o grupo de Teatro de Gouveia Escola Velha.
- Páscoa – realização de folares da Páscoa e biscoitos, juntamente com as crianças e associados, no Forno Comunitário das Aldeias.

#### **- Abril**

- Dia do Jornalismo – visita ao jornal do concelho “Noticias de Gouveia” e conhecer o funcionamento do jornal e os passos necessários até à produção do jornal. Posteriormente proceder-se à criação de um jornal da Instituição.
- Dia Mundial da Atividade Física e Saúde – realização de um torneio de jogos tradicionais (malha e pela), envolvendo os utentes, familiares e associados.
- Dia do Café – realização do café à moda antiga com os utentes e familiares.
- Dia da Liberdade – visualização de um pequeno vídeo sobre o 25 de Abril e debate com os utentes sobre as vivências de cada um nesse dia.
- Dia da Dança – realização de uma sessão com os utentes e familiares, envolvendo-os em cânticos e danças tradicionais da freguesia.

#### **- Maio**

- Dia da Mãe – convidar um grupo do concelho e assistir a uma tarde de fados, envolvendo a comunidade e a Junta de Freguesia.
- Dia do Trabalhador – realizar um painel com as profissões que os utentes exerceram ao longo da sua vida, com imagens alusivas ao mesmo e pequenas histórias/recordações.
- Comemorações do 13 de Maio – assistir à eucarística e à procissão em honra de N<sup>a</sup> Sr.<sup>a</sup> de Fátima na freguesia e realizar um tapete de flores na rua em frente à instituição.
- Dia da Família – realização de bolos com os utentes e depois fazer um lanche convívio com os seus familiares.
- Dia do Museu – visita a um museu do concelho.

#### **- Junho**

- Dia da Criança – realização de jogos tradicionais, envolvendo os utentes e as crianças da freguesia.
- Santos Populares – decoração da instituição de acordo com a temática.
- Sardinhada – almoço/convívio com os utentes, familiares e associados para assinalar os Santos Populares e realização de uma pequena marcha com as crianças e idosos.
- Início do Verão (Dia do Piquenique) – realização de um piquenique com os utentes na Senhora dos Verdes.

#### **- Julho**

- Vale do Rossim – almoço convívio entre os utentes.
- Excursão a Fátima – excursão ao Santuário de Fátima com os utentes, familiares e associados da instituição.
- Dia dos Avós – Participação nas comemorações do Município de Gouveia e confeção de bolos tradicionais e pão com chouriço no forno comunitário, envolvendo as crianças e avós da freguesia.

#### **- Agosto**

- Festa da Água – realização de uma semana com atividades relacionadas com a Água, incluindo a apresentação de um pequeno livro sobre as fontes, chafarizes e nascentes da freguesia das Aldeias. A recolha será feita com os utentes e a população das Aldeias, em parceria com o Grupo Aprender em Festa (GAF).
- Dia Mundial da Fotografia – realização de um concurso de Fotografia intitulado “A Água e as Aldeias”, aberto a toda a comunidade.
- Feira de Associativismo de Gouveia – participar na Feira de Associativismo das Festas do Sr. do Calvário (Gouveia), através das rifas e venda de bolos caseiros confeccionados no forno comunitário das Aldeias.
- Dia dos Sócio – realização de uma caminhada pelos troços da Serra e que culminará com um almoço convívio.

#### **- Setembro**

- Início do Outono – realização de um painel alusivo à chegada do Outono, com materiais alusivos à época.
- Dia do Bombeiro – realização de um simulacro na instituição para testar os procedimentos em caso de incêndio ou sismo. Neste dia será ainda realizado um breve diálogo com os utentes sobre o papel dos Bombeiros na sociedade.

**- Outubro**

- Dia do Idoso – participação nas comemorações do município e realização de um lanche convívio com uma instituição do concelho.
- Dia do animal – realizar uma sessão com animais domésticos, envolvendo os utentes.
- Dia dos correios – escrita de uma carta a um familiar e de seguida entrega nos correios.
- Dia dos Castelos – visita a um castelo do Distrito.
- Halloween – realização de um lanche entre utentes e familiares em torno do tema.
- 30º Aniversário da Instituição e V Almoço Serrano – comemoração do aniversário e almoço convívio entre utentes, familiares e associados com a típica sopa à Pastor e a badana.

**- Novembro**

- Dia de Todos os Santos – visita até aos cemitérios da freguesia, com os utentes que desejarem.
- Dia do Cinema – visualização de uma curta-metragem ou documentário sobre temas do interesse dos utentes.
- Calendário – realização de um calendário para o ano de 2017, sendo que a cada mês estará associado uma época, incluindo as vindimas, apanha da azeitona, ceifa, entre outros. As fotografias serão tiradas ao longo do ano com os utentes.
- São Martinho – lanche entre os utentes e familiares com as típicas castanhas assadas.

**- Dezembro**

- Visualização de um vídeo com as principais atividades em que os utentes e a instituição participaram ao longo do ano de 2016.
- Natal – decoração da instituição alusiva à época natalícia, incluindo a realização do presépio.
- Almoço de Natal – realização de um almoço de natal com os utentes, familiares e associados, seguida da entrega de uma lembrança aos utentes e colaboradores da instituição.

**4. RECURSOS HUMANOS**

A Liga Humanitária Social e Cultural de Aldeias tem **16** colaboradores nas diversas funções e com diferentes vínculos laborais. Em 2015 houve alteração no vínculo contratual de alguns funcionários, bem como a adequação das categorias profissionais, em função do que nos é exigido para o funcionamento da ERPI.

Mantém-se a necessidade do envolvimento dos colaboradores nos processos decisórios, assim como valorizar e reconhecer, de forma ativa, a sua ação, de modo a aumentar os índices de motivação e de autoestima pessoal e profissional.

Propõe-se, assim, manter as reuniões regulares com todo o pessoal e a aplicação de um questionário de avaliação/satisfação, para estimar os níveis de satisfação dos colaboradores, bem como identificar e quantificar as suas perceções relativamente aos diferentes aspetos organizacionais, assim como, implementar medidas preventivas e corretivas que visem a melhoria contínua dos serviços.

**4.1 - QUADRO DE PESSOAL**

<b>Categoria</b>	<b>Tipo de contrato</b>	<b>Quadro atual</b>	<b>Quadro legal</b>	<b>SAD</b>	<b>CD</b>	<b>ERPI</b>
Diretor Técnico	Sem termo	1	1	20%	30%	50%
Auxiliar de Ação Direta	Sem termo	3	6	1 (100%)	1 (100%)	4 (100%)
Cozinheira	Sem termo Contrato a termo	1 1	2	1 (50%)	1 (50%)	1 (100%)
Auxiliar Serviços Gerais	Sem termo	6	4	1(100%)	1 (50%)	2 (100%)
Terapeuta ocupacional	Contrato a termo	1	1 parcial	20%	30%	50%
Técnico de reabilitação	Prestação de Serviços	1		20%	30%	50%
Médica	Prestação de Serviços	1	1 parcial	20%	30%	50%
Enfermeira	Prestação de Serviços	1	1 parcial	20%	30%	50%

## 5. ORÇAMENTO

A previsão da atividade da Liga Humanitária Social e Cultural de Aldeias, traduzida nos seus custos, proveitos e investimentos, encontra-se expressa no Orçamento para o ano de 2016, conforme documentos em anexo.

5.1- **Ao nível dos proveitos**, destacamos que as principais rubricas que suportam a nossa atividade são:

5.1.1- A prestação de serviços e a respetiva comparticipação dos utentes.

5.1.2- Os subsídios e as comparticipações das Instituições Públicas, principalmente do ISS.

5.1.3- Os donativos individuais e coletivos.

5.1.4- A quotização.

5.2- **Relativamente aos custos**, no pressuposto de mantermos o rigor orçamental, as rubricas com maior expressão orçamental são:

5.2.1- A de pessoal, com a adequação ao quadro legal exigível, em termos de categoria e de função.

5.2.2- A aquisição de géneros alimentares e de matérias primas, em especial do gás e eletricidade.

5.2.3- A aquisição de serviços para o desenvolvimento de projetos e de futuras candidaturas no âmbito do Quadro “Portugal 2020”.

5.2.4- O investimento.

5.3- **No plano dos Investimentos**, traçamos como objetivos:

5.3.1- A manutenção do telhado no edifício mais antigo.

5.3.2- A aquisição de imóveis adjacentes do lado norte que permitam, no futuro, a expansão da oferta da ERPI e a construção de instalações complementares para arrumos e garagem.

5.3.3- A continuação da requalificação do espaço exterior.

5.3.4- A aquisição de mobiliário e de novos equipamentos indispensáveis ao normal funcionamento das valências, com especial incidência na adequação e melhoria do funcionamento da cozinha.

## 6. CONCLUSÃO

Este programa de ação sistematiza as diversas propostas de ação para concretizar os objetivos estratégicos mas, sobretudo, pretende responder às necessidades da organização, nas diferentes valências e áreas de gestão, tendo em conta o propósito da missão a que nos propomos, como é demonstrado pela proposta ambiciosa de atividades e de orçamento a desenvolver ao longo do ano.

Os objetivos e a diversificação das ações aqui propostas tiveram em conta o diagnóstico das necessidades e carências apresentadas pela nossa comunidade, bem como pela nossa população alvo, com o intuito de melhorar a qualidade dos serviços já prestados.

Porém, qualquer processo de melhoria contínua exige cooperação, aprendizagem, dedicação, insistência e autoavaliação, contribuindo, assim, para uma maior satisfação e motivação de todos no exercício das suas funções. A qualidade funciona, deste modo, como catalisador para que se continue a trilhar um percurso evolutivo mais funcional, mais qualitativo e de sustentação económica, traduzida na elaboração de um orçamento de rigor, que acautela o fundamental e potencia o investimento.

Este não é um documento fechado, aceitamos os vossos contributos, desde que cooperem para alcançar os objetivos propostos. As vossas sugestões são sempre fundamentais para melhorarmos, de forma contínua, os nossos serviços e orientarmos as atividades para satisfazer as reais necessidades e expectativas comunitárias.

Como o caminho se faz caminhando, esta é uma fase do processo e não o processo em si. O processo e o seu sucesso dependem de todos nós e dos nossos contributos.

**- ANEXO 1 - Proposta de Orçamento para o Ano 2016:**

**ORÇAMENTO GERAL**

<b>CUSTOS E PERDAS</b>		<b>PROVEITOS E GANHOS</b>	
Géneros Alimentares	46 015,57	Comparticipação de Utentes	142 916,81
Eletricidade, Combs. e Outros Fluidos	26 069,28	Subsídio Segurança Social	114 471,72
Material de Escritório	698,73	Outros Subsídios IEFP	2 515,32
Outros Fornecimentos e Serviços	36 159,42	Outros Proveitos Operacionais	30 337,06
Remunerações Certas	121 951,80	Proveitos e Ganhos Financeiros	0,00
Encargos Sobre Remunerações	26 829,41		0,00
Seguros Acid. Trab. e Doenças Prof.	2 170,29		0,00
Outros Gastos C/ Pessoal (FCT e IEFP)	4 210,19		0,00
Amortizações	21 349,61		0,00
Impostos	70,11		0,00
Custos e Perdas Financeiras	3 827,82		0,00
Outros	0,00		0,00
<b>Soma</b>	<b>289 352,23</b>	<b>Soma</b>	<b>290 240,91</b>
		<b>Resultado Líquido Previsional</b>	<b>888,68</b>

**ORÇAMENTO DE INVESTIMENTO**

<b>DESPEASAS</b>		<b>RECEITAS</b>	
Aquisição de imóveis	30 000,00	Financiamento LHSCA	30 000,00
Conservação e manutenção	4 500,00	Financiamento LHSCA	4 500,00
Mobiliário e equipamentos	2 500,00	Financiamento LHSCA	2 500,00
<b>Soma</b>	<b>37 000,00</b>	<b>Soma</b>	<b>37 000,00</b>

Aldeias, 18 de Novembro de 2015  
*A Direção*