

Plano de Actividades 2018

Centro Social, Cultural e Desportivo Alvitense

Índice

Apresentação.....	2
I. Enquadramento Institucional.....	5
II. Plano de Atividades.....	8
1. Objectivo do Plano de Atividades.....	8
2. Eventos Associativos	9
3. Atividades das Respostas Sociais.....	10
• Centro de Dia.....	10
• Apoio Domiciliário.....	11
• Atividades Socioculturais.....	12
III. Notas Finais.....	15

Apresentação

O Centro Social, Cultural e Desportivo Alvitense, designada como associação sem fins lucrativos, é uma intuição particular de solidariedade social.

Em 1979, tendo como sede provisória a Casa do Povo de Alvito da Beira foi fundado o Centro Cultural e Desportivo Alvitense tendo como principal objectivo da sua acção desenvolver atividades de índole cultural e desportivo a fim de assegurar e promover o bem-estar da comunidade alvitense.

No ano de 2002, os Estatutos da Associação sofreram alterações, alterando a denominação da mesma para Centro Social Cultural Desportivo Alvitense, passando a ter como propósito da sua acção, contribuir para o desenvolvimento e aperfeiçoamento social, cultural e desportivo da comunidade alvitense, tendo por base os seguintes objectivos:

- a) Prestação de serviços de acção social, designadamente, nas áreas da saúde, subsistência e bem-estar;*
- b) Protecção dos cidadãos na velhice e invalidez, designadamente, através da prestação de serviços de alojamento e apoio domiciliário, serviços de refeições, limpeza e higiene, organização de tempos livres, criação de Centros de Dia ou Lar de Idosos.*
- c) Apoio a crianças e jovens através da organização de creches, jardins-de-infância e actividades de tempos livres;*
- d) Promover e dinamizar a cultura concorrendo assim a formação integral e humana dos cidadãos;*
- e) Fomentar iniciativas de índole social, cultural e desportiva que visem, nomeadamente, a ocupação dos tempos livres;*
- f) Concorrer para a elevação dos índices de qualidade de vida e bem-estar da população de Alvito da Beira dotando-a de adequadas instalações e equipamentos sociais, culturais, desportivos, de lazer e bem-estar; (Estatutos do Centro Social Cultural Desportivo Alvitense, 2002, Pág.1 Artigo 3º)*

Neste contexto, no ano de 2007, com apoio do Município de Proença-a-Nova e da Junta de Freguesia de Alvito da Beira, foi inaugurada a Praia Fluvial, tornando-se num equipamento social, cultural, desportivo e de lazer contribuindo para o bem-estar da população.

No ano de 2010 foi inaugurado o Centro de Dia de Alvito da Beira, tendo como valências Centro de Dia e Apoio Domiciliário, iniciando a prestação de serviços no ano de 2012.

Nos últimos anos o C.S.D.Alvitense, tem vindo a realizar renovações e alterações na Praia Fluvial, contando sempre com o apoio do Município de Proença-a-Nova e da União de Freguesias Sobreira Formosa e Alvito da Beira, tais como a implantação do novo relvado, o empedramento dos acessos, a renovação e ampliação da zona de confecção de refeições, entre outras. Actualmente a Praia Fluvial dispõem de um serviço de bar, com esplanada e espaço coberto, permitindo manter o seu funcionamento durante todo o ano. Em 2016 criou-se um espaço com infra-estruturas adequadas para a realização da festa anual de S.Lourenço.

O presente Plano de Atividades visa dar continuidade ao trabalho até agora desenvolvido, sempre com intuito de cumprir os objectivos do C.S.C.D.Alvitense e desenvolvendo suas atividades de acordo com os seguintes valores:

- ✓ Solidariedade;
- ✓ Partilha;
- ✓ Voluntariado.

I-Enquadramento Institucional

O Centro Social Cultural Desportivo Alvitense, tem em funcionamento as respostas sociais de Centro de Dia e Apoio Domiciliário.

A Instituição tem como principais objetivos:

- Prestar serviços que satisfaçam as necessidades básicas do utente;
- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e famílias;
- Garantir ao utente o seu bem-estar físico, mental, emocional, social e moral, promovendo a qualidade de vida;
- Prevenir situações de dependência e promover a autonomia contribuindo, assim, para retardar ou evitar a institucionalização em ERPI;
- Fomentar relações interpessoais entre os idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento;
- Contribuir para um envelhecimento bem-sucedido, estabilizando ou retardando o processo de envelhecimento físico e/ou mental, através da promoção e manutenção da autonomia (física e/ou mental);
- Contribuir para a manutenção do idoso no seu meio habitacional.

A Valência de Centro de Dia assegura os seguintes serviços:

- Refeições de Pequeno-Almoço, Almoço, Lanche e Jantar;
- Higiene pessoal;
- Tratamento de roupa;
- Administração de medicação;
- Atividades de animação.

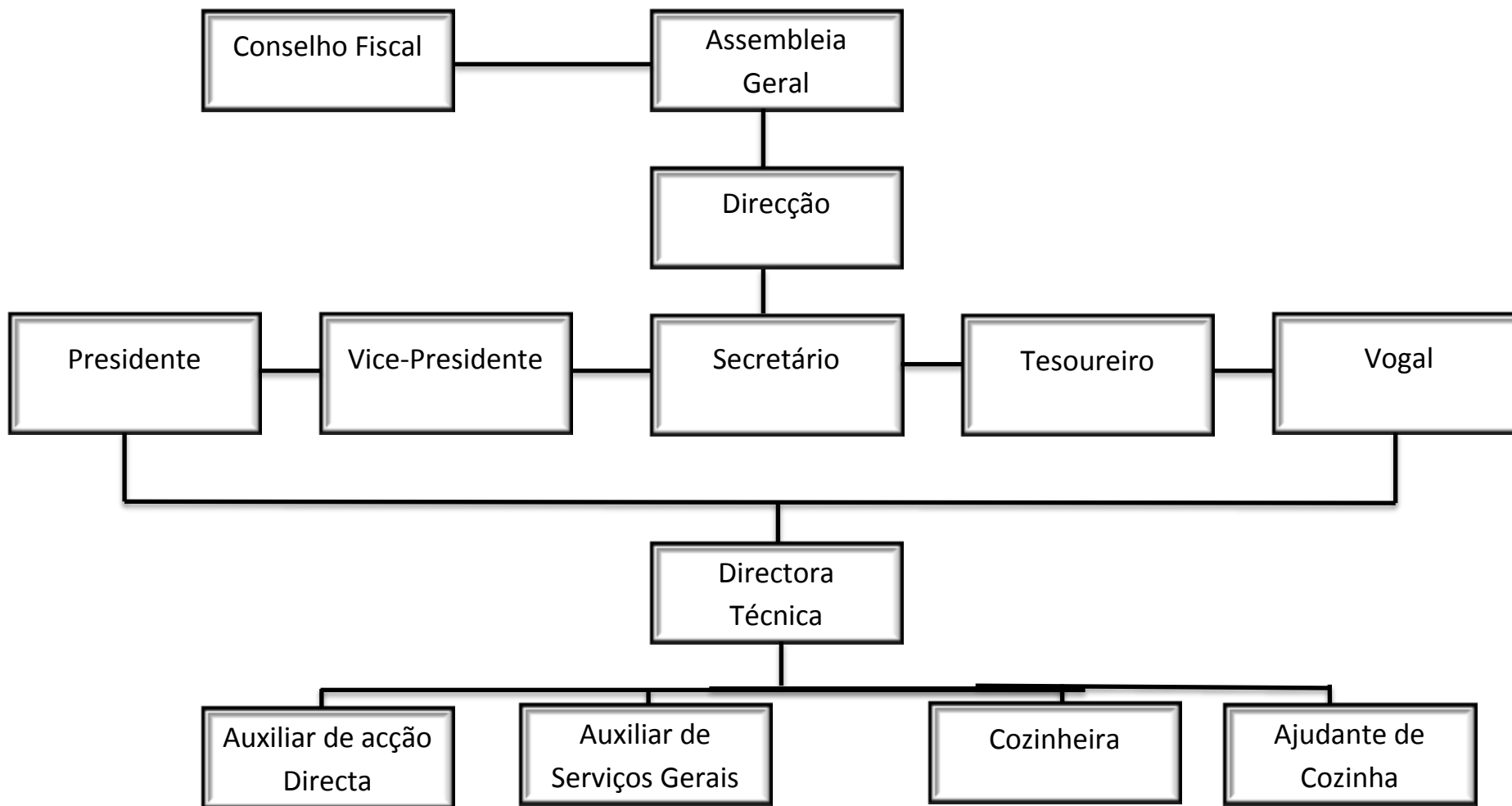
A valência de Apoio Domiciliário assegura os seguintes serviços:

- Fornecimento de refeições Pequeno-Almoço, Almoço e Jantar;
- Higiene pessoal;
- Higiene habitacional;
- Tratamento de roupa;
- Atividades de animação
- Administração de medicação.

Presentemente o C.S.C.D.Alvitense presta apoio em Centro de Dia a 11 utentes, e em Apoio Domiciliário a 20 utentes.

A fim de serem assegurados todos os serviços, das duas valências, a Instituição emprega sete funcionárias, nomeadamente 1 Técnica Superior de Serviço Social, 2 Auxiliares de Acção Directa, 2 Auxiliares de Serviços Gerais;1 Cozinheira e uma Ajudante de Cozinha.

Organograma Centro Social, Cultural Desportivo Alvitense



II Plano de Atividades

1. Objectivos do Plano de Atividades

O presente Plano de Atividades tal como foi referido anteriormente tem por base desenvolver acções de cariz social, cultural e desportivo a fim de atingir os objectivos principais do C.S.C.D. Alvitense.

No que se refere aos Eventos Associativos, e relembrando os valores da Instituição, estes tem como intuito:

- ❖ Promover e dinamizar o convívio e a partilha de vivências na comunidade alvitense;
- ❖ Promover a sustentabilidade financeira da Associação;
- ❖ Promover a melhoria dos serviços prestados;
- ❖ Divulgar a missão do C.S.C.D. Alvitense e a localidade de Alvito da Beira;

No âmbito das Respostas Sociais de Centro de Dia e Apoio Domiciliário as actividades a desenvolver assentam nos seguintes objectivos:

- ❖ Proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas;
- ❖ Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo e promover hábitos de vida saudável através da estimulação cognitiva, física e social.
- ❖ Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação intrafamiliar, e potenciando a integração social;
- ❖ Satisfazer as necessidades básicas e ou a realização das actividades instrumentais da vida diária dos utentes
- ❖ Aumentar a auto-estima das pessoas idosas e disseminar uma imagem positiva das mesmas;

2. Eventos Associativos

ACTIVIDADE	PERIODICIDADE	Orçamento
Jantares de Convívio Mensais Praia Fluvial	Janeiro a Dezembro de 2018	1300€
Matança do Porco	Mês de Fevereiro (Data a definir)	300€
Passeio Pedestre	Mês de Março	200€
Almoço Dia da Mulher	10 de Março	300€
Rota das Adegas	Mês de Abril (Data a definir)	400€
Festejos de S.Lourenço	Mês de Agosto	4000€
Magusto	Mês de Novembro	200€
Almoço/Jantar do Associado	Mês de Novembro	400€
Passagem de Ano	31 de Dezembro	300€
Participação nos Eventos dinamizados pelo Município	Janeiro a Dezembro de 2018	2000€
		9.400€

3. Atividades das Respostas Sociais

o Centro de Dia

Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Periodicidade
Promover a permanência dos utentes durante o dia nas instalações do Centro de Dia, assegurando, a higiene pessoal, o tratamento de roupas, as refeições diárias e o bem-estar	Direção Técnica de Serviço Social Funcionárias	Melhorar a qualidade dos Serviço prestados pelo Centro de Dia Fomentar uma relação afectiva entre os utentes e as funcionárias Organização dos Planos Individuais de cada utente Registo de diário de todas as ocorrências	Jan. a Dez. 2018 Diariamente
Promoção e organização de actividades de ginástica uma vez por semana com os utentes			
Organização de actividades no Centro de Dia, a fim de promover o convívio entre os utentes de SAD e CD			
Identificar situações de cuidados de saúde, dando indicação do seu diagnóstico aos familiares responsáveis pelo utente	Técnica de Serviço Social Funcionárias	Responder atempadamente a todas as situações de cuidados de saúde ,encaminhando-as para os profissionais competentes	Jan. a Dez. 2018 Quinzenalmente
Realização de reuniões semanais entre a Técnica de Serviço Social e a Direção	Direção Técnica de Serviço Social Funcionárias	Registo de todas as reuniões	Jan. a Dez. 2018 Semanalmente
Realização de reuniões semanais entre a Técnica de Serviço Social e as funcionárias do Centro			Jan. a Dez. 2018 Semanalmente
Realização de reuniões entre a Técnica de Serviço Social e os utentes, bem como visitas domiciliárias	Técnica de Serviço Social	Registo das reuniões visitas domiciliárias	Jan. a Dez. 2018 Quinzenalmente

○ Apoio Domiciliário

Ação a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Periodicidade
Fornecimento de refeições, higiene pessoal e habitacional do utente, tratamento de roupas	Direção Técnica de Serviço Social Funcionárias	Melhorar a qualidade dos serviços prestados pelo serviço de SAD Fomentar uma relação afectiva entre os utentes e as funcionárias Organização dos Planos Individuais de cada utente Registo de diário de todas as ocorrências	Jan. a Dez. 2018 Diariamente
Auxílio em pequenas tarefas domésticas na residência do utente, como por exemplo o pagamento de água e electricidade e marcação de consultas e exames médicos, quando solicitado pelo utente			
Promoção e organização de actividades de ginástica uma vez por semana com os utentes			
Organização de actividades no Centro de Dia, a fim de promover o convívio entre os utentes de SAD e CD			
Visitas da Técnica de Serviço Social ao domicílio dos utentes para identificar situações de cuidados de saúde, dando indicação do seu diagnóstico aos familiares responsáveis	Técnica de Serviço Social Funcionárias	Responder atempadamente a todas as situações de cuidados de saúde ,encaminhando-as para os profissionais competentes	Jan. a Dez. 2018 Quinzenalmente
Visitas da Técnica de Serviço Social ao Domicílio dos utentes para divulgação dos serviços, bem como de assuntos do interesse dos idosos	Técnica de Serviço Social	Efetuar uma visita quinzenalmente ao domicílio de cada cliente	Jan. a Dez. 2018 Quinzenalmente
Realização de reuniões semanais entre a Técnica de Serviço Social e a Direção	Direção Técnica de Serviço Social Funcionárias	Registo de todas as reuniões	Jan. a Dez. 2018 Semanalmente
Realização de reuniões semanais entre a Técnica de Serviço Social e as funcionárias do Centro			
Visitas quinzenais da Técnica de Serviço Social ao domicílio dos utentes para analisar os serviços prestados	Técnica de Serviço Social	Registo das visitas domiciliárias	Jan. a Dez. 2018 Quinzenalmente
Apoio diário das funcionárias	Funcionárias	Registos efectuados no Plano individual de cuidados	Jan. a Dez. 2018 Diariamente

○ **Atividades Socioculturais**

Actividade a desenvolver	Recursos Humanos	Objectivo	Periodicidade	Orçamento
Ateliê de Música Aprendizagem e levantamento de músicas Reviver músicas de outros tempos	Técnica de Serviço Social Funcionárias	Fomentar o gosto pela música Estimular o trabalho em grupo Promoção do bem estar dos utentes	Jan. a Dez. 2018 Semanalmente 2ª Feira	_____
Ginástica Realização de aulas de ginástica com os utentes semanalmente	Professor de Educação Física	Promoção da saúde e bem estar físico e psíquico dos utentes Desenvolvimento da motricidade grossa	Jan. a Dez. 2018 Semanalmente 3ª Feira	Apoio do Município de Proença-a-Nova
Apoio Psicológico Realização de sessões individuais e em grupo Actividade cognitivas Semanalmente	Psicóloga (Município de Proença-a-Nova)	Promoção e manutenção do bem estar psicológico dos utentes	Jan. a Dez. 2018 Semanalmente 4ª Feira	Apoio do Município de Proença-a-Nova
Ateliê de trabalhos manuais Realização de trabalhos manuais com os utentes semanalmente	Técnica de Serviço Social Funcionárias	Desenvolvimento da motricidade fina Desenvolvimento das capacidades cognitivas Promover o convívio entre os utentes e as funcionárias	Jan. a Dez. 2018 Semanalmente 5ª Feira	_____
Venda dos trabalhos Manuais realizados pelos utentes	Técnica de Serviço Social Funcionárias	Venda dos trabalhos na Praia Fluvial e em eventos Angriação de fundos com objectivo de adquirir matérias Actividades socioculturais auto-sustentáveis	Jan. a Dez. 2018	_____

<p>Comemoração do Dia de Reis Elaboração de trabalhos manuais alusivos ao tema Cantar as janeiras Pequeno lanche com os utentes</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Promover o interesse pelo lazer Combater o isolamento Relembrar hábitos e vivências antigas</p>	<p>6 de Janeiro de 2018</p>	<p>30 €</p>
<p>Comemoração do dia de S. Valentim Troca de mensagens de amizade Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Promover o respeito e a importância das relações interpessoais Aumentar a auto-estima e auto-confiança</p>	<p>14 de Fevereiro de 2018</p>	<p>10 €</p>
<p>Comemoração do Carnaval Criação de máscaras(material reciclado) Desfile de Carnaval</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade fina e grossa Estimular a criatividade e trabalho em grupo</p>	<p>28 de Fevereiro de 2018</p>	<p>5 €</p>
<p>Comemoração do Dia da Mulher Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade fina Desenvolvimento das capacidades criativas e do trabalho em grupo Valorização pessoal e aumento da auto-estima das utentes</p>	<p>8 de Março de 2018</p>	<p>5 €</p>
<p>Comemoração do Dia do Pai Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade fina Desenvolvimento das capacidades criativas e do trabalho em grupo Valorização pessoal e aumento da auto-estima dos utentes</p>	<p>17 de Março de 2018</p>	<p>5 €</p>
<p>Comemoração da Chegada da Primavera e do Dia da Árvore Plantar uma árvore Decoração da sala de convívio com trabalhos manuais alusivos a primavera</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade fina e grossa Valorização do trabalho em equipa Estimular a criatividade</p>	<p>20 de Março de 2018</p>	<p>5 €</p>

<p>Comemoração da Páscoa Recordar costumes e hábitos antigos Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema Realização de lembranças alusivas ao tema</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Estimulação da memória Desenvolvimento da motricidade fina Valorização do trabalho em equipa</p>	<p>12 a 16 de Abril de 2018</p>	<p>5 €</p>
<p>Comemoração do Dia 25 de Abril Recordar acontecimentos Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade grossa e fina, da coordenação e da criatividade Estimulação da memória</p>	<p>20 a 25 de Abril de 2018</p>	<p>5 €</p>
<p>Comemoração do Dia da Mãe Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade fina e criatividade Valorização pessoal e auto-estima</p>	<p>1 a 7 de Maio de 2018</p>	<p>5 €</p>
<p>Comemoração dos Santos Populares Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema Levantamento de provérbios dos Santos Populares</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade fina Estimulação da memória</p>	<p>13 de Junho de 2018</p>	<p>5 €</p>
<p>Comemoração do Dia dos Avós Realização de um piquenique com os netos dos utentes</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Valorização pessoal e auto-estima Convívio intergeracional Reforço dos laços afectivos</p>	<p>26 de Julho de 2018</p>	<p>25 €</p>
<p>Comemoração da Festa de São Lourenço Levantamento de cantigas antigas Recital nos festejos de S.Lourenço</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Estimulação da memória Convívio entre utentes e a comunidade</p>	<p>Mês de Agosto de 2018</p>	<p>_____</p>
<p>Comemoração da Chegada do Outono Realização de trabalhos manuais alusivos ao tema Decoração da Sala de Convívio</p>	<p>Técnica de Serviço Social Funcionárias</p>	<p>Desenvolvimento da motricidade fina Valorização do convívio</p>	<p>22 de Setembro de 2018</p>	<p>5 €</p>

III Notas Finais

Estamos conscientes que iremos cumprir na plenitude tudo o que está expresso neste Plano de Atividades, bem como outras acções que possam vir a ser tomadas pontualmente e que visem a sustentabilidade, melhoria e desenvolvimento da instituição.

Este Plano de Actividades e Orçamento foi aprovado em Reunião de Assembleia Geral pela Direcção, Assembleia Geral e Conselho Fiscal, em 30 de Novembro 2017

Direcção

Vice-Presidente	Vitor Manuel Cardoso Almeida	
Secretário	António José Gonçalves Martins	
Tesoureiro	Gonçalo Miguel Antunes Ribeiro	
Vogal	Martinho Lopes Ribeiro	

Assembleia Geral

Presidente	Ramiro Lopes Dias Branco	
Vice-presidente	Armando Cardoso Martins	
Secretário	António Manuel Ribeiro	

Conselho Fiscal

Presidente	Alberto Martins Ribeiro	
Vice-presidente	Carlos Cruz Alves	
Relator	Amândio das Neves Pereira	