



---

# PLANO DE ATIVIDADES 2023

---

CENTRO SOCIAL PARQUIAL DE SAZES DA BEIRA



“Saber envelhecer é a obra-prima da sabedoria e um dos capítulos mais difíceis na grande arte de viver.”

Hermann Melville

## Índice

**INTRODUÇÃO**2

**APRESENTAÇÃO DA INSTITUIÇÃO**3

**INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS**4

**RECURSOS HUMANOS**4

**GESTÃO ADMINISTRATIVA E FINANCEIRA**5

**ERPI**6

**SERVIÇOS DA ERPI**6

**SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO**7

**Objetivos:**7

**Serviços:**8

**AÇÕES SOCIAIS E PEDAGÓGICAS**8

**SAÚDE E CUIDADOS DE NUTRIÇÃO**8

**Objetivos:**8

**ATIVIDADES INTELCTUAIS E COGNITIVAS**10

**Objetivos:**10

**ATIVIDADES SOCIAIS E OCUPACIONAIS**11

**Objetivos:**11

**ATIVIDADES FÍSICAS E MOTORAS**12

**Objetivos:**12

**QUADRO DE ATIVIDADES**0

**CONCLUSÃO**0

**MEIOS DE COMUNICAÇÃO**1

## INTRODUÇÃO

---

O Plano de Atividades apresentado tem como principal objetivo a descrição dos serviços, atividades e eventos que o Centro Social Paroquial pretende desenvolver no ano de 2023, nas valências de ERPI (Estrutura Residencial para Pessoas Idosas) e SAD (Serviço de Apoio Domiciliário).

Este documento foi elaborado numa ótica plurianual e de continuidade ao nível das metodologias e critérios definidos nos planos anteriores, procurando sempre atender às necessidades dos utentes, sendo fundamental acompanhar os idosos de forma organizada e planeada, proporcionando um envelhecimento ativo a nível biopsicossocial.

Para poder satisfazer as necessidades dos utentes, apostamos num apoio multidisciplinar, com atividades que permitam evitar a perda de capacidades físicas, sociais e cognitivas, promovendo a sua autonomia e o seu bem-estar biopsicossocial.

Neste sentido, as atividades apresentadas são planeadas salvaguardando sempre os direitos dos utentes, reforçando a sua capacidade de adaptação e respeitando o utente na sua individualidade, no seu percurso de vida pessoal e nas suas dificuldades/limitações, sempre tratado como um ser único.

O Plano de Atividades divide-se então em quatro partes:

- Saúde;
- Atividades intelectuais e cognitivas;
- Atividades ocupacionais e sociais;
- Atividades físicas e motoras;

## APRESENTAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

---

O Centro Social Paroquial de Sazes da Beira também designado por Lar de St<sup>a</sup>. Eufémia é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sem fins lucrativos, tem estatutos aprovados e registados na Direção Geral da Ação Social, sob o número 26/85, as folhas 70-Verso, no livro de Fundações da Solidariedade Social, em 28/11/95, com natureza jurídica de pessoa coletiva religiosa. Tem alvará de utilização nº 72/2007. Está sediado na freguesia de Sazes da Beira, concelho de Seia, distrito da Guarda.

Em 1994 por iniciativa do Pároco então residente na localidade juntamente com a Comissão da Fábrica da Igreja cujo objetivo seria a criação de condições para o desenvolvimento de atividade social. Esta comissão foi apoiada pela Junta de Freguesia através da cedência do terreno para a construção do edifício e do valor do abate do pinhal. Em novembro de 1998, a Instituição iniciou a sua atividade com a valência de Lar de Idosos.

Aquando da sua abertura em 1998, a capacidade da Instituição era para 58 utentes, sendo o número de utentes abrangidos em acordo de 20. Coincidentemente com o encerramento de uma Instituição do concelho de Fornos de Algodres, o Centro Social Paroquial recebeu 10 utentes vindos da citada Instituição. Assim, o lar St<sup>a</sup>. Eufémia viu o número de acordos com a Segurança social aumentar de 20 para 30. Em 2005 alargou-se o número de utentes em acordo de 30 para 40.

Sendo uma Instituição atenta aos problemas e necessidades sociais dos residentes, em 2002 a Instituição viu-se perante a necessidade de responder a um apelo da população residente: a abertura de uma nova valência – Serviço de Apoio Domiciliário. Iniciou-se a valência sem acordos de cooperação, mais tarde celebrou-se acordo para 7 utentes e em 2004 este acordo foi revisto, sendo atualmente de 12.

## **INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS**

---

O Centro Social Paroquial possui modernas instalações, em bom estado de conservação, na medida em que o edifício tem sofrido obras de reparação, manutenção, bem como algumas remodelações. As instalações têm vindo a adaptar-se às crescentes necessidades dos utentes.

É de salientar que o edifício do Centro Social Paroquial está implementado em lugar com excelente salubridade, encontrando-se inserido na comunidade, o que permite a integração social dos idosos.

No que se refere a equipamentos o Centro Social Paroquial é detentor dos necessários equipamentos para fazer face a quaisquer necessidades dos seus utentes.

## **RECURSOS HUMANOS**

---

No que concerne aos recursos humanos, a Instituição tem uma equipa de pessoal técnico e não técnico, que abaixo se expõe, de versáteis trabalhadores. Cada um, na sua função, nomeadamente Ajudantes de Ação Direta, Cozinheiras, Ajudantes de cozinha, Médico, Enfermeiras, Fisioterapeuta, Técnico de Educação Social, Encarregado de serviços gerais e Técnico de Serviço Social que contribuem para o bem-estar dos idosos.

De salientar a Direção da Instituição que, voluntariamente presta o seu tributo, orientando os profissionais da instituição no sentido de uma mais eficaz prestação de serviços aos idosos.

Do ponto de vista laboral o Centro Social Paroquial propõe-se a apoiar/encaminhar todos os seus funcionários e colaboradores diretos e indiretos, bem como a proporcionar-lhes ações de formação profissional nas suas áreas. Auscultar as suas dificuldades e propostas através de reuniões, com o intuito de um melhor funcionamento da Instituição.

## RECURSOS HUMANOS

DIREÇÃO	5
MÉDICO	1
ENFERMEIROS	4
FISIOTERAPEUTA	1
AJUDANTES DE AÇÃO DIRETA	20
COZINHEIRAS	1
AJUDANTES DE COZINHA	3
TÉCNICO DE EDUCAÇÃO SOCIAL	1
ENCARREGADO DE SERVIÇOS GERAIS	1
TÉCNICO DE SERVIÇO SOCIAL	1

## GESTÃO ADMINISTRATIVA E FINANCEIRA

---

No que se refere à gestão administrativa e financeira, a mesma está assegurada tecnicamente por gabinete de contabilidade que em parceria com o funcionário da Instituição responsável pela área fazem mensalmente a avaliação da situação financeira da Instituição. Face à conjuntura nacional e às atividades desenvolvidas e planeadas para no corrente ano, pretende-se para 2023 a otimização dos serviços prestados, a racionalização dos recursos existentes, a dinamização e criação de novas atividades.

## **ERPI**

---

O progressivo envelhecimento demográfico é um fenómeno marcante na sociedade atual, tornando-se frequente a necessidade de recorrer a Respostas Sociais, nas quais se inclui Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

A ERPI é uma Resposta Social que se destina ao alojamento coletivo (permanente ou temporário), na qual são desenvolvidas atividades de apoio social, com o principal objetivo de promover a qualidade de vida dos utentes, através de serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas, contribuindo para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento e privilegiando a interação com a família/significativos e com a comunidade.

Esta valência tem como finalidade acolher pessoas idosas cuja situação social, familiar, económica e/ou de saúde, não permita uma resposta alternativa e proporcionar serviços adequados à satisfação das necessidades dos residentes.

Um envelhecimento ativo e saudável traduz a possibilidade da pessoa idosa permanecer autónoma e capaz de cuidar de si própria, ainda que com recurso a apoios, tanto quanto possível.

### **SERVIÇOS DA ERPI**

- Alojamento;
- Alimentação;
- Cuidados de higiene;
- Tratamento de roupa;
- Cuidados de enfermagem;
- Assistência Médica;
- Fisioterapia;

- Acompanhamento Psicossocial;
- Atividades multidisciplinares;

## **SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO**

---

A Valência de Apoio domiciliário consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio do utente, de modo a satisfazer as suas necessidades básicas e atividades de vida diária (AVD's), quando este não tiver capacidade de as assegurar, temporária ou permanentemente. Para além disto, pretende ainda Integrar Socialmente os utentes, aproximando-os da comunidade e da instituição.

O Centro Social Paroquial de Sazes da Beira dispõe de 1 viatura para o transporte de refeições e higiene no apoio domiciliário e 2 viaturas (uma com 5 lugares e outra com 6 lugares) para transporte diário de utentes e outros serviços que sejam necessários.

### **Objetivos:**

- Assegurar AVD's;
- Promover Integração Social;
- Apoiar as famílias;
- Contribuir para o retardamento da institucionalização em ERPI;
- Colaborar nos cuidados de saúde (serviços de medicina e enfermagem);
- Promover a capacitação do utente, contribuindo para a sua autonomia;

### **Serviços:**

- Higiene habitacional;
- Tratamento de roupa;
- Higiene pessoal;
- Confeção, transporte e distribuição de refeições alimentares

## **AÇÕES SOCIAIS E PEDAGÓGICAS**

---

As atividades previstas são baseadas nas necessidades dos utentes, tendo como principal objetivo promover o bem-estar biopsicossocial do idoso e a sua qualidade de vida. Visam a construção de um projeto institucional, bem como a manutenção do projeto de vida do utente.

Estas contribuem para uma participação ativa e inclusiva na instituição e na comunidade, criando um ambiente estimulante e familiar.

## **SAÚDE E CUIDADOS DE NUTRIÇÃO**

Na área da saúde podemos contar com a colaboração diária da equipa de enfermagem, bem como com as visitas médicas, garantindo os cuidados de saúde diretos aos utentes e proporcionado assim uma melhoria/manutenção do seu bem-estar geral.

### **Objetivos:**

- Conhecer a história clínica dos utentes;
- Melhorar a qualidade de vida dos utentes;

- Promover autonomia;
- Promover hábitos de vida saudáveis;
- Adequar a requisição de stock de material e medição às necessidades do serviço/utente;
- Garantir uma correta administração da medicação e cumprimento da prescrição;
- Monitorizar os prazos de validade de material e medicação;
- Auxiliar na recuperação;
- Manter as funções vitais;
- Avaliação de sinais vitais;
- Observação física e psicossocial do utente;
- Prevenir agudizações e idas às Urgências;
- Prevenir feridas;
- Detetar precocemente problemas de saúde;
- Controlar a evolução de problemas existentes;
- Manter/melhorar qualidade dos serviços prestados;
- Promover a recuperação do estado de saúde dos utentes;

### **É importante referir:**

- Os cuidados de Enfermagem são da responsabilidade do Centro Social Paroquial de Sazes da Beira;
- Aos utentes tem de ser facultado o acesso aos cuidados médicos, nomeadamente no Centro de Saúde da área da resposta social, devendo para tal proceder-se à alteração da residência dos utentes;
- Os utentes são acompanhados a consultas e exames auxiliares de diagnóstico, preferencialmente por familiares, contudo, na sua ausência por colaboradores do Centro Social Paroquial de Sazes da Beira;
- Em caso de urgência, recorre-se aos serviços de saúde disponíveis (Centro de Saúde e Hospital).

- É realizada a elaboração de ementas;
- São realizadas alterações à dieta sempre que se verificar pertinente
- É realizada a sensibilização para a importância de hábitos alimentares saudáveis;
- É realizada a avaliação periódica do estado nutricional dos utentes através da pesagem;
- Recorre-se a aconselhamento nutricional, sempre que solicitado e necessário;
- São realizadas auditorias periódicas;

## **ATIVIDADES INTELECTUAIS E COGNITIVAS**

As atividades intelectuais e cognitivas têm como principal objetivo retardar o envelhecimento cognitivo e estimular as capacidades intelectuais dos utentes, promovendo assim a sua autonomia.

### **Objetivos:**

- Prevenir envelhecimento cognitivo e intelectual;
- Desenvolver raciocínio;
- Desenvolver capacidade de atenção e concentração;
- Estimular a memória;
- Estimulação cognitiva;
- Estimulação da grafo-motricidade;
- Estimular funções de orientação, retenção, cálculo e linguagem;
- Contribuir para a melhor qualidade de vida do utente;
- Promover orientação espaciotemporal;
- Promover autovalorização;

- Promover capacidade de comunicação;
- Promover partilha;

## **ATIVIDADES SOCIAIS E OCUPACIONAIS**

A área Social e Ocupacional é de extrema importância na vida dos utentes, trabalhando as suas competências sociais e criando um sentimento de pertença à comunidade e à instituição. Através destas é possível proporcionar uma vida mais ativa aos utentes, bem como fortalecer as relações entre si, e com a restante comunidade.

### **Objetivos:**

- Valorizar o papel do utente na Instituição;
- Promover qualidade de vida dos utentes;
- Aquisição de novas experiências;
- Proporcionar momentos lúdicos;
- Promover convívio;
- Desenvolver a imaginação e criatividade;
- Fomentar contacto com Comunidade;
- Proporcionar momentos de lazer;
- Promover participação ativa dos utentes;
- Preservar a identidade dos utentes;
- Incentivo à participação nas atividades;
- Partilha de experiências/aprendizagens;
- Desenvolver motricidade fina e coordenação motora;
- Reutilização de materiais;
- Evitar isolamento;
- Ocupação dos tempos livres;

- Expressar sentimentos;
- Promover autoestima;
- Cooperar com as famílias;

## **ATIVIDADES FÍSICAS E MOTORAS**

As atividades físicas e motoras visam o desenvolvimento psicomotor dos utentes, retardando o declínio das suas capacidades e promovendo a sua mobilidade e autonomia.

Estas atividades são realizadas semanalmente, nas mais variadas formas, desde a fisioterapia e classes de movimento, realizadas pela Fisioterapeuta da instituição, a atividades lúdicas e caminhadas que são realizadas em colaboração com a Educadora Social.

### **Objetivos:**

- Desenvolver capacidades físicas e motoras;
- Promover autonomia;
- Manter/melhorar mobilidade articular e muscular;
- Melhorar a função respiratória;
- Retardar efeitos do processo de envelhecimento;
- Reduzir dores articulares;
- Evitar atrofia muscular;
- Reduzir risco de queda;
- Melhorar função respiratória;
- Desenvolver coordenação motora;
- Promover bem-estar;
- Evitar sedentarismo;

## QUADRO DE ATIVIDADES

PERIODICIDADE	ATIVIDADE	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS GERAIS
<b>DIÁRIA</b>	Atividades Sociais e Ocupacionais	Atividades que promovem a ocupação dos tempos livres, bem como a estimulação da participação social dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> <li>• Criar rotinas;</li> <li>• Promover envolvimento dos utentes na vida da instituição;</li> </ul>
<b>SEMANAL</b>	Atividades Intelectuais e Cognitivas	Atividades que visam estimular cognitiva e intelectualmente os utentes, de modo a evitar o envelhecimento cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular cognitivamente;</li> <li>• Retardar perda de capacidades intelectuais e cognitivas;</li> </ul>
	Atividades físicas e motoras	Caminhadas e Classes de movimento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover mobilidade geral;</li> <li>• Evitar perda de capacidades motoras;</li> </ul>
<b>MENSAL</b>	Comemoração do aniversário dos utentes	Comemorar aniversário de cada utente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> <li>• Promover proximidade com a família;</li> </ul>

	Realização do calendário Mensal	Elaboração/exposição de um calendário relativo a cada mês	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover orientação temporal;</li> </ul>
<b>JANEIRO</b>	6 - Dia de Reis	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cantar as Janeiras pela instituição;</li> <li>Lanche convívio com bolo-rei;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relembrar memórias e tradições;</li> </ul>
	18 – Dia do Riso	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assistir filme de Comédia;</li> <li>Contar anedotas;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover momentos lúdicos;</li> </ul>
	29 – Dia do Puzzle	<ul style="list-style-type: none"> <li>Montagem de puzzles;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimular capacidade de associação;</li> <li>Estimular motricidade fina;</li> <li>Promover entreaajuda.</li> </ul>
<b>FEVEIREIRO</b>	11- Dia do doente	<ul style="list-style-type: none"> <li>Celebração da unção dos enfermos;</li> <li>Elaboração e entrega de simbologia alusiva utentes de ERPI e SAD;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Celebração da data junto dos utentes;</li> </ul>
	14 – Dia de S. Valentim	<ul style="list-style-type: none"> <li>Celebrar várias formas de amor;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Expressar sentimentos e emoções;</li> </ul>
	1 - Carnaval	<ul style="list-style-type: none"> <li>Celebrar o Carnaval;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relembrar tradições;</li> <li>Promover convívio e sentimento de pertença;</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover momentos lúdicos;</li> </ul>
<b>MARÇO</b>	3 – Dia da Oração	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilha de orações entre os utentes;</li> <li>Rezar orações partilhadas pelos utentes;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Expressar a fé;</li> <li>Relembrar tradições;</li> <li>Estimular memória;</li> </ul>
	8 – Dia da Mulher	<ul style="list-style-type: none"> <li>Celebração da data e entrega de lembrança às mulheres da instituição;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valorizar papel da mulher;</li> <li>Promover autoestima e valorização pessoal;</li> </ul>
	19- Dia do Pai	<ul style="list-style-type: none"> <li>Celebração da data e entrega de lembranças aos pais da instituição;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover autoestima e valorização do papel de pai;</li> </ul>
	20 – Início da Primavera	<ul style="list-style-type: none"> <li>Decoração alusiva à época;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover orientação temporal;</li> <li>Promover sentimento de pertença;</li> <li>Promover criatividade e imaginação;</li> </ul>
	21 – Dia da Árvore	<ul style="list-style-type: none"> <li>Plantar uma árvore na instituição;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consciencialização sobre a importância das árvores e a importância de</li> </ul>

			preservar o meio ambiente;
<b>ABRIL</b>	6 – Dia da Atividade Física	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Classe de movimento/Caminhada;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover mobilidade geral;</li> <li>• Alertar para a importância da atividade física;</li> </ul>
	Celebração da Páscoa (em tempo quaresmal)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visita pascal – celebração da Ressurreição do Senhor;</li> <li>• Entrega de simbologia alusiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relembrar tradições;</li> <li>• Expressar a fé;</li> </ul>
	18 – Dia dos Monumentos e Sítios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visita às terras dos utentes;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> <li>• Promover contacto com a comunidade;</li> </ul>
	25 – Dia da Liberdade	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Debater a importância do 25 de Abril;</li> <li>• Destacar diferenças do antes e do pós 25 de Abril;</li> <li>• Visualização de um filme sobre o tema.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relembrar memórias;</li> <li>• Fomentar espírito crítico;</li> <li>• Promover diálogo e interação;</li> </ul>
<b>MAIO</b>	1 – Dia da Mãe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Celebração da data e entrega de lembranças às mães da instituição;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> <li>• Promover autoestima e valorização do papel de mãe;</li> </ul>

	13 – Dia da N <sup>a</sup> Senhora de Fátima	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assistir Celebração das Aparições de Fátima;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Expressar a fé;</li> </ul>
	18 – Dia da Espiga	<ul style="list-style-type: none"> <li>Recolha dos elementos para o ramo da Espiga;</li> <li>Elaboração do Ramo;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relembrar tradições;</li> <li>Expressar a fé;</li> </ul>
	24 – Dia Europeu dos Parques Naturais	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visita ao parque natural da Serra da Estrela;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover contacto com a comunidade;</li> <li>Promover momentos lúdicos;</li> </ul>
<b>JUNHO</b>	18 – Dia do Piquenique	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fazer um piquenique;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover contacto com o ar livre;</li> <li>Promover sentimento de pertença;</li> <li>Promover convívio e momentos lúdicos.</li> </ul>
	21 – Início do Verão	<ul style="list-style-type: none"> <li>Decoração alusiva à época;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover orientação temporal;</li> <li>Promover sentimento de pertença;</li> <li>Promover criatividade e imaginação;</li> </ul>

	Entre 13 a 29 – Santos Populares	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Celebração dos Santos Populares e decoração alusiva à época</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relembrar tradições;</li> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> <li>• Promover criatividade e imaginação;</li> </ul>
<b>JULHO</b>	10 – Dia da Pizza;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Confeção De Pizzas;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incentivar cooperação;</li> <li>• Promover sentimento de competência;</li> </ul>
	26 – Dia dos Avós	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Celebração da data e elaboração de simbologia alusiva;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> <li>• Valorização do papel do utente enquanto avô/avó;</li> <li>• Promover proximidade com a família;</li> </ul>
<b>AGOSTO</b>	20 – Missa Nª Senhora do Monte Alto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Missa Campal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> <li>• Aproximar os utentes da comunidade;</li> <li>• Expressar a fé;</li> <li>• Relembrar tradições;</li> </ul>
	27 – Missa Stª Eufêmia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Missa Campal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> <li>• Aproximar os utentes da comunidade;</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressar a fé;</li> <li>• Relembrar tradições;</li> </ul>
<b>SETEMBRO</b>	8 – Dia de N <sup>a</sup> Sra. Do Monte Alto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Missa na capela da N<sup>a</sup> Sra<sup>a</sup> do Monte Alto;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> <li>• Aproximar os utentes da comunidade;</li> <li>• Expressar a fé;</li> <li>• Relembrar tradições;</li> </ul>
	16 – Dia de Sta. Eufêmia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Missa na capela de Sta. Eufêmia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> <li>• Aproximar os utentes da comunidade;</li> <li>• Expressar a fé;</li> <li>• Relembrar tradições;</li> </ul>
	23 – Início do Outono	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Decoração alusiva à época;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover orientação temporal;</li> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> <li>• Promover criatividade e imaginação;</li> </ul>
<b>OUTUBRO</b>	1 – Dia do Idoso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanche convívio;</li> <li>• Jogos e atividades lúdicas;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> <li>• Promover sentimento de pertença e de valorização;</li> </ul>
	8 – Missa de N <sup>a</sup> Sr <sup>a</sup> do Rosário	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Missa na Igreja Matriz da Freguesia;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aproximar os utentes da comunidade;</li> <li>• Expressar a fé;</li> <li>• Relembrar tradições;</li> </ul>
<b>NOVEMBRO</b>	11 – Dia da São Martinho	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Magusto/lanche convívio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relembrar tradições;</li> <li>• Promover convívio e sentimento de pertença;</li> </ul>
<b>DEZEMBRO</b>	Decorações Natal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Decoração alusiva à época;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover orientação temporal;</li> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> <li>• Promover criatividade e imaginação;</li> <li>• Relembrar tradições;</li> </ul>
	Festa de Natal da Instituição	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Missa na Instituição / Convívio entre utentes e comunidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover participação social;</li> <li>• Fortalecer relações familiares;</li> <li>• Promover convívio e sentimento de pertença;</li> </ul>
	24/25 – Dia de Natal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noite de Consoada e almoço de Natal na Instituição;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relembrar tradições;</li> <li>• Promover sentimento de pertença;</li> </ul>

## CONCLUSÃO

---

Para finalizar, é importante referir que o Centro Social Paroquial de Sazes da Beira se compromete a assegurar o cumprimento da legislação e regulamentação aplicáveis às Instituições Particulares de Solidariedade Social e às Respostas Sociais que desenvolve, bem como, a promover a formação aos seus colaboradores para que seja possível satisfazer utentes, através da prestação de serviços de qualidade, que garantam a sua confiança.

A instituição pretende que o trabalho realizado com a população sénior, vise sempre a melhoria e a diversidade dos serviços prestados, de modo a que possa corresponder cada vez mais aos interesses e expectativas dos idosos, culminando na sua satisfação.

De modo a que seja possível potenciar uma melhoria continua na qualidade dos serviços prestados na instituição, é fundamental o envolvimento de todos os parceiros, da comunidade e das entidades oficiais. Contribuindo assim não só para a satisfação dos utentes e famílias, mas também para o desenvolvimento da comunidade, através da empregabilidade e inserção social, salientando a importância de apostar nos recursos humanos e materiais disponíveis na instituição e no seu meio envolvente, priorizando a sua eficácia e eficiência, tendo em vista a qualidade dos serviços prestados pelo Centro Social e Paroquial.

O presente plano pode vir a sofrer alterações ao longo do ano, caso existam acontecimentos não programados (ex. contingências da atualidade).

## MEIOS DE COMUNICAÇÃO

---

- <http://www.centroparoquialsazesdabeira.pt/>
- Email: [lar.sazes@gmail.com](mailto:lar.sazes@gmail.com)
- Telefone: 238 949 100
- Facebook: Lar Sazes