



PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO 2021

APOIO – ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

PROGRAMA DE AÇÃO 2021

Senhoras e Senhores Associados,

Dando cumprimento à Lei e aos Estatutos, a Direção da **APOIO – Associação de Solidariedade Social**, vem apresentar para apreciação e votação da Assembleia Geral o **Plano de Atividades e Orçamento para 2021**.

PLANO DE AÇÃO PARA 2021

Nota prévia:

Dada todas as circunstâncias pandémicas que vivemos este ano de 2020, e às incertezas do futuro próximo no retomar da normalidade das nossas vidas, será de todo uma incógnita a previsão temporal da retoma das atividades de Centro de Dia num registo “normal” onde os idosos \ Utentes poderão voltar a sair de suas casas e frequentarem o Centro de Dia com todas as suas atividades lúdicas e culturais sem restrições, em segurança e com alegria.

De salientar também que neste momento (outubro de 2020) iniciam-se as obras de ampliação do Centro de Dia da APOIO no edifício “Residência Madre Maria Clara”, da responsabilidade total da Câmara Municipal de Oeiras, cujo seu término está programado para o mês de Março de 2021.

Assim, este Plano de Atividades e Orçamento, no que concerne à valência de Centro de Dia, terá certamente um grau de imprevisibilidade que tentaremos equacionar numa previsão exequível no limite do possível.

Plano de Atividades a desenvolver no ano de 2021

1. Departamento de Ação Social

Esta é razão da APOIO - o serviço Social na área da terceira idade, dividido com a gestão da nossa Creche “Ninho da Cegonha” em Outurela.

Em 2021, e dadas as circunstâncias pandémicas em que nos encontramos, sem termos qualquer noção de quando tudo voltará a ser “normal”, o plano de atividades para valência de Centro de Dia será considerado em duas fases distintas, divididas em dois semestres. No primeiro semestre devido aos problemas pandémicos e sanitários em que vivemos, consideramos que o CD continuará fechado e os seus serviços serão todos domiciliados. No segundo semestre, acreditamos que aos poucos tudo voltará ao normal, e os utentes voltarão ao CD. A partir de Abril de 2021 já estará a nova sala polivalente construída e preparada para as atividades lúdicas e culturais em CD, e com a possibilidade de aumentar a capacidade de resposta social do CD da APOIO.

APOIO – ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

PROGRAMA DE AÇÃO 2021



No exercício da atividade social a APOIO irá continuar a prestar os melhores serviços de Ação Social, tanto em Apoio Domiciliário como em Centro de Dia, prosseguindo a consolidação da nossa estrutura técnica com o trabalho de acompanhamento social, pelas Assistentes Sociais, Terapeutas Ocupacionais e atividades de animação sociocultural desenvolvidas quer em Centro Dia (no 1º semestre domiciliado e no 2º semestre presencial em CD), quer nos serviços em Apoio Domiciliário, com todos os nossos utentes.

Dadas as circunstâncias particulares pandémicas em que vivemos e caso haja possibilidades financeiras, será um desafio para 2021 poder vir a *criar uma equipa social pluridisciplinar*, formada por Assistentes Sociais, Psicólogo, Terapeutas Ocupacionais, Animadores Socioculturais, e outros técnicos do universo da gerontologia, de forma a criarmos um serviço de excelência de intervenção social à disposição da comunidade sénior do nosso território.

No que concerne à valência de “Cantina Social”, continuará em 2021 o serviço de prestação de serviço diário de refeições a pessoas e famílias referenciadas.

O Plano técnico de Atividades para 2021, será traçado pela equipa técnica, coordenada pela Diretora Técnica Dra. Dulce Pereira, e aprovado pela Direção, fazendo parte integrante deste documento.

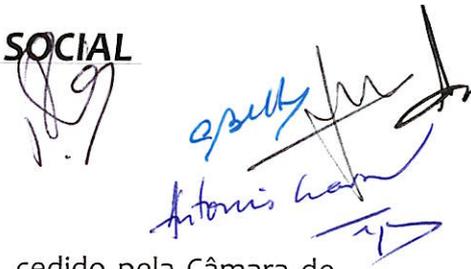
Este Plano sempre se pautou com o objetivo de atingir a excelência dos serviços, tendo em conta as condições dos recursos materiais e humanos, a complexidade dos casos, os meios ao dispor e as necessidades dos utentes.

1.1. Centro de Dia

Na valência de Centro de Dia em 2021 é expectável que por consequência das obras de ampliação da área do Centro de Dia, venha a ser possível a candidatura ao aumento da contratualização do número de utentes de 50 para 80, contando-se iniciar todo o processo administrativo de solicitação de aumento junto da Segurança Social, no primeiro trimestre de 2021. No entanto em 2021 continuamos a contar com 50 utentes no Centro de Dia, capacidade máxima atual conforme Acordo de Cooperação. No 1º semestre enquanto os utentes estão domiciliados, continuaremos a prestar os serviços habituais desta resposta social tal como em 2020. No 2º semestre, os utentes ao voltarem ao CD, voltarão a ter todos os serviços de refeição e reforço de refeição (jantares), higiene pessoal (aos utentes referenciados), tratamento de roupa, atividades lúdicas, recreativas e culturais, mini-passeios, terapia ocupacional, atividades de estímulo cognitivo, e acresce ainda o serviço de transporte gratuito, de e para as suas residências, por duas viaturas de 9 lugares (uma adaptada para transporte de 2 cadeiras de rodas), para além de outras 3 viaturas de 5 lugares com porta lateral de correr, o que permite obter maior qualidade e produtividade no serviço prestado aos nossos utentes pela capacidade de transporte.

APOIO – ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

PROGRAMA DE AÇÃO 2021



No apartamento do 1º piso do edifício Residência Madre Maria Clara, cedido pela Câmara de Oeiras, continuará a decorrer o serviço de prestação de “banhos assistidos” aos nossos utentes de CD, e numa outra sala uma zona de arrumos de roupa (apoio ao espaço da lavandaria), e ainda um novo serviço de cabeleireiro e pedicura. Estes serviços suspensos em 2020, serão reativados em 2021, logo que seja possível os utentes voltarem ao CD.

De salientar que a partir do mês de Abril de 2021, o CD terá mais um espaço polivalente para atividades, fruto da ampliação do CD, obra da responsabilidade da CMO.

1.2. Apoio Domiciliário

Na valência de Apoio Domiciliário em 2021 é expectável que, por consequência das obras de ampliação da área do Centro de Dia e base de apoio do Serviço de Apoio Domiciliário, venha a ser possível a candidatura ao aumento da contratualização do número de utentes em AD de 75 para 100 utentes, contando-se iniciar todo o processo administrativo de solicitação de aumento junto da Segurança Social, no primeiro trimestre de 2021.

No entanto em 2021 continuamos a contar com 75 utentes no Apoio Domiciliário, capacidade máxima atual conforme respetivo Acordo de Cooperação.

Em 2020 o prolongamento do Serviço de Apoio Domiciliário aos fim-de-semana e feriados, num universo mais alargado de utentes, veio implicar uma maior afetação de recursos humanos, o que na prática se tem traduzido em dificuldades de contratação de novas trabalhadoras qualificadas. Para colmatar essa situação a APOIO iniciou em Novembro de 2020 um programa de Formação em parceria com a CMO e com a ACECOA (Associação Comercial e Empresarial dos Concelhos de Oeiras e Amadora), e que será alargado a outras instituições. Este projeto continuará em 2021.

O serviço de Terapia Ocupacional ao domicílio junto dos utentes no Apoio Domiciliário, iniciado em 2020 continuará em 2021 com 2 terapeutas ocupacionais, tendo como objetivo a procura permanente de prestação de mais e melhores serviços no desenvolvimento motor e cognitivo dos idosos que estão em casa com mobilidade reduzida. Uma destas terapeutas ocupacionais está integrada num projeto participado na totalidade pela CMO até março de 2021 e posteriormente reavaliado para decisão de continuidade do projeto até ao final do ano de 2021.

Em 2021, desenvolver-se-á uma campanha de compra de 5 (cinco) camas articuladas para os nossos utentes em AD e que não tem condições de as adquirirem.

Continuaremos a dar especial atenção à qualidade do serviço de alimentação prestado pela empresa fornecedora “Uniself”, e às condições do seu acondicionamento e transporte, para

APOIO – ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

PROGRAMA DE AÇÃO 2021



9/3/2021
André Carneiro
TU

que as refeições cheguem aos domicílios nas melhores condições possíveis.

1.3. Cantina Social

O programa oficial de fornecimento de alimentação às pessoas e famílias referenciadas pelos serviços sociais com carências ou com dificuldades em confeccionarem as suas próprias refeições, conhecido por “Cantina Social”, manter-se-á em 2021, mantendo o universo de 30 refeições diárias.

1.4. Banco Alimentar

Continuaremos em 2021 em parceria com o “Banco Alimentar” o recebimento de alimentos doados, e que com estes fazemos cabazes alimentares que distribuimos pelas pessoas e famílias com carências pontuais ou permanentes num período mais ou menos alargado e que sejam referenciadas pelos serviços técnicos de ação social.

2. Departamento de Ação Educativa – Creche “Ninho da Cegonha”

Apesar do estado pandémico Covid que estamos a atravessar, a Creche terá o seu ano letivo normal, contudo com todos os condicionalismos sanitários e respeitando todas as recomendações da DGS. Para além do Plano de Procedimentos e Plano de Contingência Covid, o desenrolar do ano letivo será o mais normal possível, sabendo que, para o ano de 2021 não será definido nenhuma atividade extracurricular ou atividades lúdicas, recreativas e culturais com pessoas ou serviços externos á APOIO.

O Plano de Atividades pedagógicas para o ano de 2021, segue a linha de atuação definida pela equipa pedagógica coordenada pela Diretora Técnica, Dra. Eduarda Correia que elabora em cada ano letivo o Projeto Pedagógico (PP) e um Plano Anual de Atividades (PAA), de acordo com o Projeto Educativo (PE) da Creche que é apresentado e aprovado pela direção da APOIO.

Neste ano escolar de 2020-2021, os PP e PAA evidenciam o sentido de valorizar as crianças em toda a sua essência sensorial, fazendo dos sentidos a base do trabalho diário com as crianças. É também preocupação do corpo técnico a constante necessidade de esclarecer as famílias acerca do Projeto Pedagógico a desenvolver, e integrá-los nas atividades para o bom desenvolvimento das suas crianças (dos 4 meses aos 3 anos).

Para melhor conhecimento do Projeto Pedagógico e do Plano Anual de Atividades, estes fazem parte integrante deste documento, de modo a conhecer melhor a orientação pedagógica da nossa Creche e em particular as atividades do ano letivo 2021.



3. Recursos Humanos

Em 2021, a APOIO continuará a ter uma gestão de Recursos Humanos muito rigorosa e proactiva, continuando a criar as melhores condições de trabalho, mesmo com os condicionalismos no contexto económico e financeiros que vivemos, reavaliando as remunerações de trabalho dentro das nossas capacidades, sem pôr em risco a sustentabilidade financeira da Instituição.

4. Serviços administrativos

Na dinâmica criada em 2020, não só por necessidade de resposta social á pandemia Covid, como ao início de um novo ciclo de gestão, lançou-se um processo de digitalização dos serviços, como a criação de uma rede comunicacional digital que irá obrigar em 2021 efetuar uma série de investimentos em novos equipamentos informáticos conforme previsto em orçamento para 2021.

5. Fórum-APOIO

O Fórum-APOIO, espaço polivalente onde acontecem atividades ligada à cultura e ao debate de ideias, é já um espaço consolidado no desenrolar das atividades permanentes da APOIO, sendo elas: as “Noites de Poesia” e o “Clube de Leitura - Apoio “. São ações que continuarão a realizar-se com periodicidade mensal em regime de teleconferência, até ser possível voltarmos ao estado presencial. Neste espaço físico também acontece e continuará a acontecer “apresentação de Livros”, “apresentação de Escritores”, e “palestras” numa ótica sénior e social.

Com a doação permanente de livros à APOIO por parte de pessoas singulares, famílias, livrarias e livreiros, em 2021 temos o objetivo de vir a criar no Fórum-APOIO um espaço de leitura onde o “Livro” será o elo unificador entre as pessoas séniores. Será pretensioso chamarmos de “biblioteca”, mas sim, um espaço de troca de livros e de tertúlia onde o “convívio sénior” é o fim que queremos atingir. Durante as tardes, o Fórum-APOIO estará aberto para ser usufruído por pessoas séniores, habitantes de Algés que queiram partilhar cultura e lazer, acompanhado por chá ou café e bolos caseiros. Assim, o Fórum-APOIO em 2021 retomará a sua razão de existir, ser um espaço sénior de convívio. Esta ação social de convívio acontecerá quando for possível, tendo em consideração o estado pandémico em que vivemos.

Na sequência desta e de outras atividades ligadas aos Livros a desenvolver pela APOIO, e caso seja possível, projetamos um desafio para o ano de 2021: - a criação de um evento ao ar livre, uma feira aberta à comunidade em parceria com outras instituições do Concelho, com o objetivo de troca de experiências, divulgação das atividades ligadas à Ação Social, às Artes e ao Livro.

No espaço Fórum-APOIO desenrolar-se-á o “Centro de Formação da APOIO” vocacionado para “ajudantes de Centro de Dia” e para “auxiliares de ação direta em Apoio Domiciliário”, no âmbito social gerontológico. Na sequência das ações de formação, a APOIO irá criar uma “Bolsa

APOIO – ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

PROGRAMA DE AÇÃO 2021

de Emprego” constituída apenas pelos seus formandos com aproveitamento, em parceria com a Câmara Municipal de Oeiras, com a ACECOA (Associação Comercial e Empresarial dos Concelhos de Oeiras e Amadora) e com o Centro de Emprego de Cascais.

6. Café Memória

O “Café Memória” com a liderança da Associação Alzheimer Portugal, é um projeto nacional com presença em vários pontos do País em resultado de parcerias entre instituições locais, que no nosso caso são a Câmara Municipal de Oeiras, o Rotary Club de Algés e a APOIO, com a colaboração do Astúrias Cafés.

No “Fórum-APOIO” o Café Memória Oeiras completa o seu 5º ano de atividade com sessões dedicadas a todas as pessoas particularmente aos cuidadores que tenham a seu cargo pessoas com problemas de memória ou de demência. Realiza-se no Fórum APOIO no 4º sábado de cada mês, das 10h às 12h.

Em 2020 o Café Memória decorreu em regime de videoconferência, mas em 2021, e logo que seja possível, voltará a ser presencial.

**7. Ações de Formação e Recursos Humanos **

“Centro de Formação da APOIO” para a área Social

Pela necessidade real na dificuldade no recrutamento de funcionários para os serviços de Apoio Domiciliário, a APOIO em 2021 consolidará o desenvolvimento de projetos de ações de formação nas áreas do AD e de CD, em parceria com a CMO, com a ACECOA e com outras instituições do Concelho. Estas ações de formação iniciaram-se no final de 2020, com o objetivo de vir a criar *uma estrutura formativa com a criação de um “Centro de Formação, na área Social”* a desenvolver no Fórum-APOIO, e consequentemente criar *uma estrutura social de “bolsa de emprego”* que possa no futuro responder às necessidades de emprego das pessoas (vertente social), responder às necessidades das IPSS no recrutamento de funcionários (vertente de empregabilidade), e responder às necessidades individuais de cada pessoa que procura formação para uma profissão com futuro, e vir quem sabe, a criar a sua própria empresa e o seu próprio emprego (vertente de empreendedorismo), isto tudo numa ótica de dinâmica da economia social.

Serão ainda continuadas e reforçadas as ações de formação profissional para todo o quadro de pessoal da APOIO, tendo em vista o aumento da qualificação e do desempenho dos nossos técnicos e colaboradores, no contexto das suas funções, quer sociais, quer educativas, quer administrativas e de gestão com vista á excelência da prestação dos seus serviços.



9/20/21
Antonio Carmo
A

8. Comunicação e Redes Sociais

Será o desafio em 2021, continuar a *transição comunicacional da APOIO para o digital*, iniciada em 2020. A relação da APOIO com os seus funcionários, com os seus associados, com a comunidade, com os pais das crianças da Creche “Ninho da Cegonha”, com as empresas e instituições parceiras, com os fornecedores, e com o mundo, terá de ser por via digital. As redes sociais serão a janela e a porta de comunicação para o Mundo.

Será uma preocupação constante a continuação do desenvolvimento e consolidação das nossas redes sociais como meio de comunicação tanto do nosso site da APOIO como da Creche Ninho da Cegonha. O *Facebook* e o *Instagram* continuam a ser um meio de divulgação das nossas atividades. A comunicação via Email, vai ser consolidada com a criação mensal (se possível) de uma “*NewsLetter*” | “*Novidades & Noticias*” onde este espaço informativo será, não só de notícias, como espaço de comunicação entre a APOIO, os associados e os parceiros institucionais.

Em 2021, será realizado um “filme institucional” promocional da APOIO, das suas valências e projetos de intervenção social. Este filme será elaborado de forma a ser fracionado para que seja divulgado nas redes sociais utilizadas pela APOIO.

Todas as atividades e ações da APOIO deverão estar presentes nas redes sociais, como forma de estar perto das pessoas e presente na comunidade, projetando a APOIO no caminho de captação de mecenas que possam também vir a ganhar visibilidade, como “empresas solidárias com responsabilidade social” e parceiras de causas sociais.

9. Obras de ampliação e remodelação das instalações de Outurela **- Centro de Dia e base do Serviço de Apoio Domiciliário -**

Este projeto que vem a desenvolver-se desde 2017, entrou em 2020 na fase final da sua execução na efetivação da obra da responsabilidade da CMO, que tem uma previsão de concretização (tempo de empreitada) de 180 dias, ou seja, deverá estar terminada em Março de 2021. A responsabilidade da obra e os seus custos serão suportados pela Câmara Municipal de Oeiras, considerando que se trata de instalações camarárias e também pelo seu relevante interesse social, cujo trabalho desenvolvido pela APOIO tem garantido, garante e garantirá a qualidade dos serviços sociais prestados aos seus utentes e à comunidade.

Este projeto de ampliação e remodelação das instalações do nosso Centro de Dia e base do Serviço de Apoio Domiciliário (Residência Madre Maria Clara – Outurela), tem como objetivo dotar de maior área e melhor funcionalidade o Centro de Dia, o que permitirá aumentar a capacidade de número de utentes em Centro de Dia e em Serviço de Apoio Domiciliário. Esta obra incluirá a ampliação da atual e única sala existente (sala polivalente de refeição e

APOIO – ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

PROGRAMA DE AÇÃO 2021

atividades), a criação de uma nova sala de atividades polivalente para os nossos utentes e novas instalações sanitárias.

Para além dos benefícios funcionais referidos, a execução deste projeto permitirá aumentar a capacidade física do Centro de Dia de 50 para 80 utentes e do Serviço de Apoio Domiciliário de 75 para 100 utentes, o que significará uma importante mais-valia para as atividades desenvolvidas, melhorar a resposta às necessidades da comunidade, e aumentar a sustentabilidade financeira futura da APOIO, uma vez concretizada positivamente a revisão dos Acordos de Cooperação com a Segurança Social.

10. Frota Automóvel

Será previsível que em 2021 se manterá o número de veículos, 7 viaturas (1 carrinha adaptada de 9 lugares \ 1 carrinha de 9 lugares \ 3 viaturas de 5 lugares \ 2 carrinhas térmicas de transporte de alimentos), sendo que no final do ano de 2020, foi substituída a viatura mais antiga da frota por uma outra cujo custos foram totalmente comparticipados pela Câmara Municipal de Oeiras e pelo grupo “Auchan” em 50% cada instituição.

Com uma frota de 7 viaturas, temos sempre presente a preocupação na manutenção dos carros para que estejam sempre operacionais a circular e em segurança. No entanto, caso exista possibilidade ou janela de oportunidade, *não descartaremos a possibilidade de aumentar em número a nossa frota automóvel*, dada a possibilidade de aumento do número de utentes em AD e em CD.

11. Projeto: Banco Social e Solidário de Roupas

Projeto a desenvolver pela APOIO e que, dadas as circunstâncias pandémicas, não foi possível arrancar em 2020. Em 2021, voltará a ser um desafio que se coloca à associação, esta nova valência que se enquadra na área de intervenção social, e terá um triplo objetivo:

- 1º Ser um serviço de apoio às populações mais carenciadas cuja ausência de condições para comprar roupa é um fator condicionante da sua dignidade humana com entrega de roupa usada, mas em bom estado e devidamente higienizada;
- 2º. Ser um serviço de recolha de roupa “usada\velha” que já não está em condições de ser reutilizada, e que vai para o lixo. Assim desenvolver-se-á um serviço com características de sustentabilidade ambiental e ecológica com recolha de roupa direta e ao domicílio, para reciclagem cujo seu proveito de revenda será aplicado em projetos sociais específicos e identificáveis, a bem da sociedade.
- 3º. Como fator de financiamento para causas e projetos sociais através da revenda de roupa nova ou seminova, que foi doada à APOIO, e que será introduzida no circuito de venda de roupa em 2ª mão. Este dinheiro contribuirá para projetos sociais futuros a desenvolver pela APOIO.

Ou seja, este projeto tem como objetivo final para além do papel social, estabelecer e fortalecer as relações externas de parceria e entajuda com outras Instituições públicas e privadas, como forma de projetar a APOIO.

APOIO – ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

PROGRAMA DE AÇÃO 2021

António Manuel
OPM

12. Nota Final

Este ano de 2020, foi um ano atípico e desafiante a todos os níveis. No entanto a APOIO no seu todo, demonstrou capacidade de reação, capacidade de adaptação ao imprevisto, capacidade de gestão em situação de crise, e ao mesmo tempo teve a capacidade e maturidade de antecipar soluções, projetar cenários e desenvolver alternativas, nunca perdendo a orientação e discernimento a cada momento, do que é importante e o que é urgente. Sabendo sempre que a segurança sanitária e o serviço social aos utentes, seria, é, e será sempre, a razão da nossa existência.

Queremos também salientar, enaltecer e agradecer a ajuda da Câmara Municipal de Oeiras, que esteve sempre, em todos os momentos, disponível para ajudar a APOIO no que foi necessário, com vista a podermos desenvolver da melhor forma, e da forma mais eficaz, o nosso trabalho social junto dos Utentes, e junto das demais pessoas e famílias, que á APOIO, pediram ajuda. O nosso MUITO OBRIGADO...

Apresentado o Programa de Ação e o Orçamento para 2021, cumpre a esta Direção salientar, enaltecer e agradecer de forma especial a todos os trabalhadores da APOIO, o seu empenho, dedicação e espírito de Missão que tem tido ao longo deste ano pandémico, na forma exemplar que tiveram no desempenho das suas funções. Esse trabalho tem sido, ao longo deste ano de 2020 reconhecido pelos parceiros sociais da APOIO, CMO, União de Juntas (União de junta de freguesias de Algés, Linda-a-Velha, Cruz-Quebrada e Dafundo e pela União de freguesias de Carnaxide e Queijas), por outras Instituições congéneres e principalmente pelos nossos Utentes. O nosso MUITO OBRIGADO ...

Aos restantes membros dos Órgãos Sociais e Associados em geral, a Direção agradece a confiança que nos têm demonstrado e o apoio que tem dado durante este ano de 2020.

Para o ano de 2021, continuamos a contar com todos nesta missão de ajudar o próximo, pois este momento histórico de pandemia sanitária ainda vai durar mais algum tempo, e cujas repercussões sociais e económicas nas pessoas e nas famílias, vão ser muito profundas e duradouras. Muitos desafios se nos colocam em 2021.

Temos a consciência do que temos de fazer em 2021 para ajudar e minimizar não só os impactos desta pandemia nas pessoas e nas famílias, mas também e sobretudo, sabemos que temos de continuar a dar dignidade, conforto e esperança a todas aquelas famílias e idosos a que conseguimos chegar e interagir, nunca esquecendo o carinho e os afetos...

Poderão sempre contar connosco.

Nós contamos convosco ...

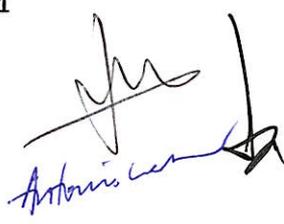
A DIRECCÃO
António Manuel
OPM



António Caramelo

PLANO DE ACTIVIDADES SECTOR ACÇÃO SOCIAL 2021

CENTRO DE DIA
APOIO DOMICILIÁRIO


No presente é que está o segredo; se prestares atenção ao presente, poderás melhorá-lo.

O Alquimista - Paulo Coelho

INTRODUÇÃO

O presente documento compreende a apresentação do Plano de Acção para o ano de 2021 a desenvolver pela APOIO – Associação de Solidariedade Social, nas respostas sociais Centro de Dia e Apoio Domiciliário.

O contexto actual de pandemia que se vive em Portugal devido ao vírus da COVID-19 alterou por completo o quotidiano das pessoas e das suas interações pessoais, profissionais e sociais; por conseguinte, as dinâmicas de intervenção das Instituições como a APOIO também sofreram alterações profundas de adaptação e reorganização a esta nova realidade, desencadeando novos desafios de intervenção ao nível de todas as suas valências.

Em 2021 a APOIO no âmbito da Acção Social tem como missão continuar a centralizar a sua intervenção numa participação e envolvimento activo dos seus utentes e/ou das suas famílias, indo ao encontro da satisfação das necessidades/carências sentidas, fazendo-os sentir como parte integrante do projecto da Instituição.

No primeiro semestre do ano o Centro de Dia deverá estar encerrado, todas as actividades programadas serão realizadas em contexto de domicílio, já no segundo semestre do ano prevê-se uma alteração da situação, podendo o Centro de Dia reabrir e assim sendo, as actividades realizar-se-ão num regime misto, ou seja, haverá actividades realizadas em contexto de Centro de Dia e em contexto de domicílio, continuando a abranger desta forma, todos os utentes da APOIO, acautelando igualmente, todos os graus de dependência em que os utentes se encontram. Assim sendo pretende-se:

I – Ao nível do Centro de Dia: continuar a promover a participação activa das pessoas idosas no conjunto das actividades a realizar, optimizando e compreendendo as necessidades, as expectativas e as motivações das mesmas, reforçando o convívio e os laços sociais;

É objectivo da APOIO continuar a intervir para que os utentes se mantenham o mais activos e independentes possíveis, manter e melhorar o status ocupacional e prevenir futuras perdas funcionais, bem como identificar as causas das dificuldades de desempenho que possam apresentar, promovendo a auto-realização e elevando a auto-estima dos mesmos.

II- Ao nível do Apoio Domiciliário: continuar a promover a humanização e a individualização das respostas para as pessoas idosas, de forma que os serviços prestados continuem a ir ao encontro do seu grau de satisfação pessoal, proporcionando a permanência no meio familiar, privilegiando a interacção das mesmas com a família, reforçando desta forma o elo de ligação e os laços afectivos, já que o seu meio familiar e social é parte integrante das suas vivências;

A elaboração deste plano de Acção contou com a participação de toda a Equipa técnica da APOIO, nomeadamente Assistentes Sociais e Terapeutas Ocupacionais, que intervirão em ambas as respostas sociais, desencadeando acções para a inclusão de todos os utentes da APOIO, para tal continuarão a ser promovidas reuniões semanais de trabalho onde serão definidos os objectivos e as estratégias fundamentais do trabalho multidisciplinar, a partilha de saberes, a reflexão, a construção/desconstrução de ideias, análise e actuação sobre a situação-problema, muitas vezes transversal à intervenção das técnicas.

A APOIO pretende, ainda, continuar a colaborar com as instituições locais e concelhias, através do Programa de Emergência Social (FES), assim como, estar envolvida e participar nos grupos de trabalho de discussão de casos sociais nas Uniões de Freguesias de Algés, Linda-a-Velha, Cruz Quebrada e Dafundo e Uniões de Freguesias de Carnaxide e Queijas, áreas de intervenção da APOIO, ajudando a resolver situações de vulnerabilidade e ou risco social.

Ao nível da Cantina Social continuar a prestar apoio alimentar, através do fornecimento de 30 refeições diárias, a indivíduos e/ou famílias que se encontrem em situação de carência absoluta, ajudando-os a conseguir ultrapassar/resolver a situação temporária de ausência de meios de subsistência em que se encontram.

CENTRO DE DIA

Todas as actividades programadas para o Centro de Dia, em contexto de domicilio durante o primeiro semestre do ano, e em contexto misto a partir do segundo semestre do ano, têm como objectivo proporcionar uma vida mais activa, dinâmica, harmoniosa e com a participação da pessoa idosa, promovendo novos pólos de interesse, valorizando a formação/aprendizagem ao longo da vida, favorecendo uma ocupação adequada do tempo livre para prevenir que o tempo de ócio seja alienante, passivo e despersonalizador.

O grupo de pessoas idosas afectas ao Centro de Dia da APOIO estão cada vez mais dependentes, quer a nível físico quer a nível cognitivo, apresentando muitas dificuldades de mobilidade, e quadros de demência, agravados, ainda mais, pelo contexto da Pandemia Covid-19, que atualmente se vive. No entanto, todos os serviços prestados por esta resposta social, quer em Centro de Dia, quer em CD domiciliado, mantêm-se, tal como aconteceu em 2020.

Perante este contexto, todas as actividades serão programadas e desenvolvidas tendo em conta as alterações das capacidades intelectuais (esfera cognitiva), do comportamento (esfera psicológica) e realização das actividades da vida diária (esfera funcional), inerentes ao quadro de demência em que se encontra a maioria daquelas pessoas idosas.

SERVIÇOS PERMANENTES DA RESPOSTA SOCIAL CENTRO DE DIA

- Alimentação
- Higiene Pessoal**
- Higiene Habitacional
- Tratamento roupas
- Transporte para o Centro de Dia
- Execução e acompanhamento de diligências externas
- Visitas domiciliárias
- Apoio Sociofamiliar (elaboração plano de ajuda/intervenção individual e ou familiar, atendimentos, aconselhamentos, resolução de problemas, encaminhamentos, articulação com outros serviços e/ou entidades)
- Actividades lúdicas e recreativas
- Terapia Ocupacional



Handwritten signatures and initials in blue ink, including a large signature and the name 'S. Betty'.

TERAPIA OCUPACIONAL

OBJECTIVOS GERAIS

- Promover um envelhecimento ativo nos domínios físico, psicológico e social, tendo por base o envolvimento em ocupações significativas;
- Promover/ manter a autonomia nas AVD's (banho, vestir/despir, higiene pessoal, alimentação, entre outras) e AVDI's (gestão financeira, comunicação e das compras, preparação de refeições e limpeza, entre outras);
- Promover a auto-estima dos utentes, a importância do Eu e o seu papel no meio social;
- Promover a participação social entre pares, família/ amigos e na comunidade;
- Identificar e promover/ manter o envolvimento em papéis importantes para a pessoa;
- Explorar a participação no lazer;
- Sensibilizar os utentes e familiares/cuidadores para o cumprimento das medidas de segurança em relação à pandemia COVID-19

ACTIVIDADES DE TERAPIA OCUPACIONAL

1º SEMESTRE DE 2021

ACTIVIDADES A DINAMIZAR

- Jogos tradicionais tais como dominó, bingo, mikado, damas, scrabble, puzzles, entre outras;
- Estimular a mente (leitura de notícias, Quiz, fichas de cálculo, linguagem, atenção, resolução de problemas, entre outros);
- Atividades construtivas como a arteterapia (desenho, pintura, colagens, música, dança e teatro, trabalhos manuais, entre outros);
- Organização e implementação de rotinas saudáveis e adequadas a cada utente, tendo em linha de conta os seus interesses, papéis e hábitos (calendarização semanal com as rotinas estabelecidas, post-its, entre outras);
- Celebração dos aniversários (oferta de presente e postal e respectiva comemoração);

- Comemoração de épocas festivas (Dia de Reis, Carnaval, Dia Internacional da Mulher, Páscoa, Dia da Liberdade, entre outras);
- Saídas na comunidade (passeios, idas ao café, museus, igrejas, exposições, compras, entre outras);
- Atividades religiosas (rezar o terço, ler a bíblia, assistir às celebrações religiosas, entre outras);
- Atividades culturais (sessões de leitura, aprendizagem de novo idioma, cinema, música, culinária, escrita, entre outras);
- Atividades de comunicação (sessões de sensibilização para a COVID-19, debates, mímica, pictionary, entre outras);
- Sessões de whii, jogos no tablet, telemóvel, entre outras;
- Atividades de estimulação sensorial (descoberta de texturas, provas de frutos, entre outras);
- Jardinagem (criação de mini-horta terapêutica);
- Sessões de maquilhagem e de fotografia;
- Sessões de movimento (yoga, dança, pilatos, ginástica, relaxamento, entre outras)

ACTIVIDADES DE TERAPIA OCUPACIONAL

2º SEMESTRE DE 2021

ACTIVIDADES A DINAMIZAR

Aquando da abertura de Centro de Dia, as **atividades** acima citadas continuarão a ser dinamizadas, quer em contexto de domicílio, quer em contexto de Centro de Dia. O grande desafio que se coloca será a integração e/ou reintegração dos utentes ao novo espaço do Centro de Dia (adaptar as necessidades, hábitos e rotinas à dinâmica e regras da Instituição); agrupar os utentes em grupos mais homogéneos, graduando a intervenção às características e potencialidades de cada um. Efetuar, quando possível, mini-passeios e lanches no exterior com os utentes.


António...

q/b...

NOVOS PROJECTOS

Com o alargamento do espaço do Centro de Dia da APOIO serão dinamizados novos projectos:

- **Miniginásio** – Estimulação das capacidades motoras;
- **Cantinho de Leitura** – Incrementação de hábitos de leitura, bem como diminuir a sintomatologia de algumas demências;
- **Mini-Horta** - Implementação hábitos e papéis ocupacionais;
- **Sala de Atividades** – Realização de trabalhos manuais, iniciação à informática, sessões de culinária, de cinema, entre outras);

OUTRAS ACTIVIDADES DIVERSAS

- Elaboração e arquivação de registos terapêuticos diários, assim como discussão de assuntos pertinentes com a equipa técnica;
- Criação e adaptação de materiais terapêuticos (jogos, produtos de apoio, entre outros);
- Orientação das ajudantes de ação direta da equipa de domiciliação/Centro Dia, relativamente à intervenção, com o intuito de dar continuidade ao trabalho da Terapia Ocupacional e das atividades delineadas;
- Divulgação das atividades realizadas (site da APOIO, redes sociais, entre outras).

DURANTE O ANO DE 2021...

A APOIO, pretende continuar a:

- Desenvolver actividades intergeracionais, nomeadamente, com a Creche Ninho da Cegonha e Fundação Marques de Pombal (Ludoteca da Outurela),
- Participar em actividades com outras entidades e instituições concelhias que trabalhem ao nível da Terceira Idade.





APOIO DOMICILIÁRIO

Dar resposta, no domicílio, às necessidades identificadas, percebidas e expressas do utente e família; assim como, contribuir para a melhoria da qualidade de vida, promovendo o autocuidado e o desenvolvimento da autonomia do utente e família, ajudando a prevenir a desinserção social, é o que se pretende atingir quando se elabora um plano de cuidados para um utente que vai iniciar os serviços desta resposta social.

SERVIÇOS PERMANENTES DO APOIO DOMICILIÁRIO

- Fornecimento e apoio nas refeições (pequeno almoço, almoço, lanche, jantar), respeitando as dietas com prescrição médica;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene Habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Tratamento da roupa do uso pessoal do utente (efectuada no Centro de dia)
- Serviços de Animação e Socialização;
- Acompanhamento e transporte, a diligências externas;
- Higiene habitacional periódica;
- Orientação ou acompanhamento de pequenas reparações ou modificações no domicílio;
- Cedência de ajudas técnicas

PLANIFICAÇÃO DAS ACTIVIDADES A DESENVOLVER

- ACÇÃO CONTÍNUA -

ACTIVIDADE: <u>GESTÃO DA EQUIPE E DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO</u>
<p>1. Reuniões de trabalho semanais e mensais com a equipe de ajudantes de acção directa – planificação, organização, supervisão e avaliação permanente do trabalho realizado (auscultação de opiniões, sugestões, dificuldades e constrangimentos dentro da equipe, com os utentes e /ou familiares, gestão de conflitos);</p>
<p>2. Actualização permanente dos instrumentos de trabalho, processos individuais, mapa listagens utentes, mapas medicação, mapa distribuição almoços; mapa distribuição trabalho ajudantes acção directa, mapas pagamentos mensalidades.</p>

Antonio
ep

ACTIVIDADE: <u>ATENDIMENTO SOCIAL/INTERVENÇÃO COM O UTENTE E/OU FAMILIA</u>
1. Apoio Sociofamiliar (elaboração plano de ajuda/intervenção individual e ou familiar, atendimentos, aconselhamentos, resolução de problemas, encaminhamentos, articulação com outros serviços e/ou entidades)
2. Planificação de visitas a cada utente/ família que usufruem do serviço com o objectivo de ser elaborado, avaliado e/ou reavaliado o plano de cuidados individual – a periodicidade das visitas é determinada pelos seguintes factores: - Grau de autonomia (autónimo; semi-dependente; muito dependente) - Isolamento social (vive só, inexistência ou precariedade de redes de suporte Informais: familiares, amigos, vizinhos)
3. Promover a articulação da Família dos utentes com a Instituição ao nível da prestação dos serviços, reforçando as capacidades e competências das famílias, facilitando-lhes o ensino e o treino na prestação dos cuidados;
4. Promover a articulação entre a equipe das ajudantes de acção directa, a equipe de enfermagem dos cuidados continuados, de forma a melhorar os cuidados prestados nos domicílios dos utentes.

ACTIVIDADE: <u>SISTEMA WORKFLOW</u>
1. Promover o serviço prestado e a segurança nas relações da Instituição com os utentes e familiares, cada Ajudante de Acção Directa trabalhará através do planeamento que lhe será transmitido pela Coordenadora do serviço, para um Tablet, ficando toda a informação registada em tempo real.

ACTIVIDADES A DESENVOLVER PELA <u>TERAPIA OCUPACIONAL</u>
1. Visitas domiciliárias com a Assistente Social Coordenadora do Serviço de Apoio Domiciliário – avaliação das necessidades dos utentes;
2. Acompanhamento da Equipe de Ajudantes de Acção Directa - por solicitação da mesma e ou da Coordenadora do Serviço de Apoio Domiciliário;
3. Intervenção Individual em Terapia Ocupacional - sessões semanais junto dos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário;
4. Ensinamento de estratégias aos utentes e respectivos familiares/ cuidadores no que diz respeito ao desempenho nas diferentes áreas de ocupação (adequação do vestuário, dos utensílios de alimentação, entre outras);
5. Levantamento das necessidades de produtos de apoio, aconselhamento dos mesmos e

auxílio aquando da sua aquisição e treino (cadeira de banho, barras de apoio, talheres adaptados, entre outros);

6. Ações de formação e sensibilização/ consciencialização, destinados aos cuidadores formais e informais, acerca de: transferências, posturas e atitudes a adotar no contexto de trabalho (ergonomia); importância da ocupação no processo de envelhecimento normal e no processo de demência, essencialmente nesta fase de pandemia;
7. Comemoração dos aniversários dos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário

OUTROS ÂMBITOS DE INTERVENÇÃO

- ACÇÃO CONTÍNUA -

ACÇÕES DE FORMAÇÃO

Para a APOIO a constante qualificação dos seus serviços é fundamental. Assim sendo, em 2021, mesmo em contexto de Pandemia COVID-19 pretende-se continuar com os programas de formação de todos os colaboradores do sector da Acção Social, sempre que possível.

ESTÁGIOS, ACÇÕES DE VOLUNTARIADO E TRABALHO COMUNITÁRIO

A APOIO em 2021 estará receptiva, se a conjuntura de evolução da Pandemia COVID 19 assim o permitir, em continuar a receber estagiários e voluntários. A Associação procurará desenvolver estratégias de angariação de voluntários, com o intuito de melhorar a prestação dos serviços prestados.

Através da parceria com a Direcção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais a APOIO pretende continuar, tal como descrito em cima, a colaborar como entidade beneficiária deste tipo de trabalho. Os prestadores deste tipo de trabalho em muito têm ajudado no período da hora do almoço aquando da distribuição das refeições aos idosos em contexto de Centro de Dia, assim como nas actividades lúdicas a desenvolver.

Algés, 04 de Novembro de 2020



Maria Dulce do Vale Pereira

(Directora Técnica da Acção Social)



Cuidamos, acarinhamos e educamos

[Handwritten signatures and initials]

Plano Anual de Atividades

“Creche Ninho da Cegonha”

Com o nosso lema sempre presente “Cuidamos, acarinhamos e educamos” apresentamos o nosso Plano Anual de Atividades (PAA), que pretende ser um documento claro e estruturante dos objetivos que a equipa pedagógica pretende atingir, porém deve também ser de caráter flexível, suscetível a alterações sempre que estas se revelem necessárias.

A equipa da Creche Ninho da Cegonha, garante o cumprimento das indicações/procedimentos da DGS, em virtude da pandemia por covid-19, e todas as questões de higiene/desinfecção e segurança farão parte das nossas regras de bom funcionamento.

Desta forma pretendemos proporcionar momentos lúdicos e prazerosos às nossas crianças, e também desenvolver um trabalho pedagógico com fantásticas experiências sensoriais, que promovam a construção do saber articulado às diferentes áreas de desenvolvimento.

Outurela, 03 de Novembro de 2020

A Diretora Técnica
[Handwritten signature]
Eduarda Correia





Cuidamos, acarinhamos e educamos.

Projeto Pedagógico da Creche

2020-2021

Equipa Pedagógica:

Diretora Técnica - Eduarda Correia

Ana Leitão

Bruna Dias

Inês Silva

Marta Batista

03 de Novembro de 2020

[Handwritten signatures and initials in the top right corner]

Antoni
C/31/2021

Índice

Introdução.....	3
1. Caracterização Geral da População Alvo.....	4
2. Caracterização/ Organização da Creche.....	4
2.1. Identificação e Localização do Equipamento.....	4
2.2. Princípios Orientadores.....	5
2.3. Objetivos Pedagógicos da Creche.....	6
2.4. Organização do Espaço.....	10
2.5. Organização do Tempo/Rotinas.....	11
2.5.1. Música e Dança para bebês.....	12
2.5.2. EMDIIP.....	12
2.5.3. Teatro do Biombo.....	12
3. Plano Anual de Atividades.....	13
4. Avaliação.....	13
5. Considerações Finais.....	14
6. Referências Bibliográficas.....	15

Introdução

O documento que se segue diz respeito ao Projeto Pedagógico de Creche (PPC) que traduz a intencionalidade pedagógica da equipa técnica da Creche “Ninho da Cegonha”. É elaborado tendo como base as características do grupo de criança que frequenta a creche, bem como os nossos valores e contexto educativo, explícitos no Projeto Educativo (PE) do estabelecimento.

“(...) o Projeto Pedagógico é um contrato que compromete e vincula todos os membros da comunidade educativa numa finalidade comum, sendo um resultado de um consenso a que se chega depois de uma análise de dados, de necessidades e de expectativas (...)”

S. Antúnez et Al. (1991)

“(...) o projeto traz sentido, finalidade, orientação e intencionalidade ao quotidiano pedagógico”

In “Qualidade e Projeto na Educação Pré-Escolar” (1998)

No PPC pode ver-se refletido um plano de ação para o ano letivo 2020/2021. Assim sendo, iniciamos este projeto fazendo a caracterização geral da creche e da população alvo.

Seguidamente, apresentamos a estrutura organizativa da instituição, onde damos a conhecer os princípios orientadores da nossa ação, objetivos pedagógicos da creche, a organização do espaço e do tempo/rotinas bem como damos a conhecer as nossas parcerias e atividades complementares que enriquecem o nosso trabalho pedagógico.

De modo a atingir tudo a que nos propomos, elaborámos ainda o Plano Anual de Atividades (PAA), no qual estão calendarizadas as principais atividades conjuntas a realizar no presente ano letivo.

Antoni...
7^a
C. Silva

1. Caracterização Geral da População Alvo

A Creche “Ninho da Cegonha” com capacidade máxima de 69 crianças, oriundas do Bairro da Encosta da Portela e dos arredores da freguesia de Carnaxide.

Em termos socioeconómicos e culturais a população é diversificada. Contudo, a maioria dos pais e encarregados de educação evidencia a condição de trabalhadores por conta de outrem, com horários de trabalho alargados, pelo que as crianças passam na instituição uma parte considerável do seu tempo diário.

O quadro 1 representa a distribuição das crianças por salas no corrente ano letivo.

Quadro 1 – Distribuição das crianças por salas

Em conformidade com a portaria 262/2011 de 31 de Agosto

Faixa Etária	Salas	Nº de crianças
4 a 12 meses	Berçário	9
12 a 24 meses	Sala Amarela	14
	Sala Rosa	14
24 a 36 meses	Sala Azul	14
	Sala Verde	18

2. Caracterização/ Organização da Creche

- 2.1. Identificação e Localização do Equipamento** - A creche Ninho da Cegonha é um equipamento social pertencente à APOIO – Associação de Solidariedade Social ipss, considerada Entidade de Utilidade Pública desde 1988.

Esta instituição está situada num bairro de realojamento social, no Bairro da Encosta da Portela, freguesia de Carnaxide, no concelho de Oeiras.

2.2. Princípios Orientadores

A Creche assenta a sua ação sob três princípios fundamentais; **Princípio da interação** – o ser humano constrói-se a si mesmo interagindo com o meio sociocultural; **Princípio da experiência** – a mente gira sobre si mesma, apoiando-se nas experiências anteriores, dando um significado compreensível às suas novas construções; **Princípio da organização** – pensamento em ação – a importância da experiência não está nas coisas mas na elaboração/construção que cada um faz dessas coisas.

Assim sendo pretende-se:

- Respeitar a criança como ser único, auxiliando-a a reconhecer e a lidar com os seus sentimentos;
- Respeitar o ritmo individual de cada criança, mas proporcionando-lhe estímulos e condições para que se desenvolva a todos os níveis;
- Explorar as oportunidades de aprendizagem nos problemas que se apresentam à criança estimulando-a a resolver as suas dificuldades;
- Estimular a aprendizagem própria de cada criança por interação com o ambiente, através dos sentidos e da relação social com as outras crianças da creche;
- Valorizar a comunicação própria de cada criança;
- Valorizar a participação ativa da família como núcleo essencial da formação da criança.

2.3. 1Objetivos Pedagógicos da Creche

A nossa creche pretende focar-se em três objetivos específicos e partir daqui desenvolver o trabalho a nível geral da creche, bem como o trabalho de sala:

- Proporcionar o bem-estar e desenvolvimento integral das crianças num clima de segurança afetiva e física;

- Colaborar e envolver as famílias na vida da creche;
- Colaborar no despiste precoce de qualquer inadaptação ou deficiência assegurando o seu encaminhamento adequado.

Antônio
21/7
e/2021

Proporcionar o bem-estar e desenvolvimento integral das crianças num clima de segurança afetiva e física

Segundo defende o Projeto High/Scope, os bebês e crianças até aos 3 anos aprendem com todo o seu corpo, através da coordenação do paladar, tato, olfato, visão, audição, sentimentos e ações, são capazes de construir conhecimento. Decompondo o termo sensório-motor, referido anteriormente, sensório refere-se ao modo como os bebês recolhem informação sobre o mundo através dos seus sentidos; motor refere-se ao modo como aprendem através da ação física.

Segundo Piaget, a atividade cognitiva durante o estágio sensório-motor (0-2 anos) baseia-se principalmente na experiência imediata e interação com o meio através dos sentidos. É uma atividade prática. Na ausência de linguagem para designar as experiências ou para simbolizar e, portanto, recordar os acontecimentos e ideias, as crianças estão tremendamente limitadas à experiência imediata: veem e sentem o que está a acontecer, mas não têm forma de categorizar a sua experiência.

Assim, durante este estágio os bebês aprendem fundamentalmente através dos sentidos e são fortemente afetados pelo ambiente imediato. Contudo, uma vez que a permanência do objeto se desenvolve neste estágio, especialmente até ao segundo ano, sabemos que os bebês são capazes de algum pensamento representativo, muito semelhante ao do estágio seguinte (SPRINTHALL e SPRINTHALL, 1993).

Segundo defende o Projeto High/Scope, os bebês e crianças até aos 3 anos aprendem com todo o seu corpo, através da coordenação do paladar, tato, olfato, visão, audição, sentimentos e ações, são capazes de construir conhecimento. Decompondo o termo sensório-motor, referido anteriormente, sensório refere-se

ao modo como os bebês recolhem informação sobre o mundo através dos seus sentidos; motor refere-se ao modo como aprendem através da ação física.

Esta necessidade de utilização do corpo para crescer e aprender, não será de forma alguma posta em causa em virtude da situação que estamos a viver de pandemia. Serão sim, utilizados procedimentos de higienização, rotatividades de materiais pedagógicos com utilização exclusiva por grupos de crianças.

Aliado a um clima físico adequado, que potencie a forma como as crianças pequenas aprendem, é também muito importante um clima afetivo positivo. Neste clima de apoio positivo os adultos oferecem um balanço eficaz entre a liberdade que as crianças necessitam ter para explorar o ambiente enquanto aprendizes ativos. Um clima de apoio estimula e fortalece um desenvolvimento da crença nos outros, da autonomia, da iniciativa, da empatia e da autoconfiança (Hohmann e Weikart, 2003). Ao alicerce do desenvolvimento humano saudável é “a confiança que nasce do cuidado” (Erikson, 1950). As crianças que estabelecem relações mútuas afirmativas com os pais e educadores ganham a partir dessas relações a coragem de que precisam para explorar o mundo que existe para além da mãe.

Foi visível, depois do confinamento a que fomos sujeitos, uma ânsia de interação social por parte das crianças, aumentando a sua natural necessidade de interagir quer com os seus pares quer com os adultos.

Desta forma, apesar das regras sanitárias recomendadas, não é nosso objetivo impedir as interações entre as crianças e entre adulto/criança. Colaborar e envolver as famílias na vida da creche; As famílias e a comunidade são parceiras no processo educativo. Estes fazem parte da vida das crianças e constituem elementos de referência fundamentais para a integração social das mesmas na comunidade/sociedade a que pertencem. Manter um bom relacionamento entre as duas instituições Escola/Família é imprescindível para que se crie um ambiente de mútua confiança, na medida em que o objetivo primordial da escola é proporcionar o bem-estar das crianças.

Como afirma Hohman e Weikart (2011:98) “as crianças aprendem a valorizar as suas experiências familiares e a dos outros quando os educadores constroem relações forte com os pais.”

Sabendo que “o impacto da vida familiar afeta todos e cada um dos aspetos da vida da criança.” (Hohmann e Weikart, 2011:100) e de acordo com o projeto educativo da nossa creche, a participação das famílias no processo educativo é importante, não só como meio orientador e testador do trabalho, mas também como parte ativa, de forma a proporcionar à criança situações de interpretação dos ambientes familiar e de creche e assim, intuitivamente, proporciona-lhe a noção de complementaridade e integração.

É na família e no meio sociocultural em que se vive os primeiros anos que a criança inicia o seu desenvolvimento pessoal e social. Ao possibilitar a interação com diferentes valores e perspetivas, a creche constitui um contexto favorável para que a criança vá aprendendo a tomar consciência de si e do outro. “Valores que não se ensinam, mas que se vivem na ação conjunta e nas relações com os outros.” (Orientações curriculares para a educação pré escolar -OCEPE, 2002:52). Desta forma, pretendemos este ano aprofundar a relação que temos com as famílias das nossas crianças, uma vez que os “dois contextos sociais contribuem para a educação da mesma criança e importa por isso que haja uma relação entre estes dois sistemas” (OCEPE, 2002:43). O envolvimento das famílias, favorece a troca de saberes e competências no trabalho educativo, enriquecendo as várias situações de aprendizagem.

Nesta altura de pandemia, vimo-nos obrigados a restringir os contactos físicos com as famílias e com a comunidade. Assim tentaremos arranjar alternativas de comunicação e envolvimento entre estes e a vida da creche. Desta forma, pretendemos:

- Criar uma plataforma digital de comunicação com as famílias, para que tenham acesso diário a todas as informações relativas ao dia a dia do seu educando;
- Criar condições seguras para reunir com os encarregados de educação (presencial ou on-line);
- Criar momentos on-line com as famílias (bom dia, histórias, dramatizações...), da creche para casa e de casa para a creche;
- Exponenciar a utilização das páginas do Facebook e da Instagram da Apoio;

Colaborar no despiste precoce de qualquer inadaptação ou deficiência assegurando o seu encaminhamento adequado.

“Intervenção precoce na infância (IPI) é o conjunto de medidas de apoio integrado centrado na criança e na família, incluindo ações de natureza preventiva e reabilitativa, designadamente no âmbito da educação da saúde e da ação social. Abrange as crianças entre os 0 e os 6 anos, com alterações nas funções ou estruturas do corpo que limitam a participação nas atividades típicas para a respetiva idade e contexto social ou com risco grave de atraso de desenvolvimento, bem como as suas famílias.”

(Decreto de lei n 281/2009 6 outubro)

Enquanto técnicas de educação, procuramos detetar e despistar o mais precocemente possível quaisquer dificuldades e/ou limitações no desenvolvimento da criança, encaminhando-a em conjunto com a sua família para um acompanhamento de técnicos especializados de intervenção precoce.

2.4. Organização do Espaço

A creche está instalada em 640m², no piso térreo de um edifício de habitação, numa rua sem tráfego automóvel e compreende os seguintes espaços de trabalho:

- Uma sala de berçário, com zona de copa de leites e zona higienização (9 crianças);
- Duas salas de atividades para crianças, desde a aquisição da marcha até aos 24 meses (14+14 crianças);
- Duas salas de atividades para crianças dos 24 aos 36 meses (14+18 crianças);
- Uma sala de refeições transformável numa sala polivalente;
- Dois recreios exteriores:
 - um maior com acesso às salas, dividido agora em dois espaços - uma para a utilização das salas de um ano, outro para os dois anos.
 - um mais pequeno para utilização dos dois anos ou do berçário (nunca em simultâneo).

Antônio Carlos
e Silva

Possui ainda as seguintes áreas complementares de serviço:

- Gabinete de coordenação e atendimento a pais e encarregados de educação;
- Sala de isolamento, para atendimento específico a criança cometida com doença súbita;
- Cozinha;
- Instalações sanitárias para crianças;
- Sala de pessoal;
- Instalações sanitárias para pessoal (M/F);
- Instalações sanitárias para pessoas locomovidas em cadeiras de rodas;
- Salas de arrumos.

“O tipo de equipamento, os materiais existentes e a sua organização condicionam o modo como esses espaços e materiais são utilizados enquanto recursos para o desenvolvimento das aprendizagens” (OCEPE, 2016), “sendo indispensável que o educador se interrogue sobre a função e finalidades educativas dos materiais de modo a planear e a fundamentar as razões dessa organização” (Ministério da Educação; 1997,p.37)

Neste sentido, a creche foi apetrechada com mobiliário e equipamento didático moderno, funcional, especialmente dimensionado para os espaços disponíveis, adaptado ao Projeto educativo e à organização da creche e em quantidade suficiente face à sua população máxima. É nossa preocupação a renovação dos materiais e a constante adequação dos mesmos às crianças que frequentam a creche.

2.5. Organização do Tempo/ Rotinas

“Uma rotina é mais do que saber a hora a que uma criança come, dorme, toma banho e se vai deitar. É também saber como as coisas são feitas... as experiências do dia-a-dia das crianças são as matérias-primas do seu crescimento”

Judith Evans e Ellen Ilfield (1982)

7h30- 8h30	Acolhimento na sala verde		
8h30 - 9h00	Acolhimento na sala verde (2 anos)	Acolhimento na sala rosa (1 ano)	Acolhimento no berçário
9h00	Encaminhamento para as salas		
9h30	Início das atividades pedagógicas		
10h00	Suplemento Alimentar		
10h15	Atividades Orientadas		
11h15	Almoço Salas de 1 ano e berçário	12h00	Almoço salas de 2 anos
12h30/ 14h30	Sesta das salas de 1 ano e berçário	13h00/15h00	Sesta das salas de 2 anos
15h00	Lanche Salas de 1 ano	15h00	Lanche Sala de 2 anos
16h00	Atividades Livres e regresso às famílias		
19h30	Encerramento		

2.5.1.1 **BebéArte -Música e Dança para Bebés-** Por tempo indeterminado a nossa creche suspendeu estas atividades de música e de dança para bebés, pedagogicamente adequadas para crianças dos 4 meses aos 3 anos de idade, ministradas por professores especializados contratados, enquanto durar este período pandémico.

2.5.2 **EMDIIP** - Contamos com a parceria da associação EMDIIP, que presta um serviço terapêutico a crianças com desvios do desenvolvimento, centrado nas suas capacidades, procurando responder às dificuldades próprias de cada criança. - Temos oportunidade de oferecer um acompanhamento especializado, por técnicos

multidisciplinares, agora e se necessário num contexto diferente ao habitual.

2.5.3 - Teatro e Hora do Conto para Bebés – Teatro do Biombo

- Esta atividade estão temporariamente suspensas devido à Pandemia de Covid-19 - Este grupo de Teatro pertence a uma Associação Cultural, criada em 2010 dedicada maioritariamente à primeira infância. O Biombo costuma deslocar-se à nossa creche, em diferentes momentos do ano, para apresentar espetáculos e projetos artísticos, adequados à faixa etária das nossas crianças. Um dos seus objetivos gerais é “juntar várias áreas artísticas distintas (como a música, a dança, o teatro, a dramaturgia, os objetos de arte...) reunindo criadores que trabalharão em conjunto cruzando disciplinas e experiências para a criação de espetáculos e projetos artísticos multidisciplinares para bebés e crianças, quer em contexto escolar, quer em contexto familiar” (in, teatrodobiombo.com).

3. Plano Anual de Atividades

O Plano Anual de Atividades pretende ser um documento claro e estruturante das atividades que envolvem toda comunidade escolar. Porém, este deve também ter um carácter flexível suscetível a alterações sempre que estas se revelem necessárias. O Projeto é uma intenção de transformação do real, guiada por uma representação do sentido dessa transformação que tem em conta as condições reais de modo a orientar uma atividade (...) O Plano corresponde a um momento técnico dessa atividade quando condições, objetivos e meios podem ser determinados com exatidão (...) O Plano é apenas uma visão fragmentária e provisória do Projeto” (Castoriadis, 1975: 106)

Remetemos, desta forma, o Plano para o **Anexo I**

4. Avaliação e Observação

Podemos distinguir dois momentos de avaliação e observação: a do projeto e a do desenvolvimento das crianças.

Durante o desenvolvimento do projeto será feita uma avaliação do processo orientada para a tomada de decisões. Este tipo de avaliação pressupõe um seguimento exaustivo de todos os passos relativos ao projeto, para que se possa detetar possíveis erros, resultados imprevistos e ajustes do mesmo. A avaliação final dos resultados é também imprescindível, pois possibilita-nos verificar se os objetivos foram atingidos e se o projeto foi concluído com eficácia.

Em paralelo, cada criança possui um Plano Individual (PI). Este plano possui:

- Ficha Individual
- Ficha de Anamnese
- Ficha de Acolhimento Inicial.
- Ficha de Observação Individual para registo de acontecimentos/situações, e ocorrências relevantes
- 1 perfil de desenvolvimento (em Setembro, elaborado pelos pais);
- 2 momentos de observação semestral.

Estas observações/registos das crianças não envolvem “nem a classificação da aprendizagem da criança, nem o juízo de valor da sua maneira de ser, centrando-se na documentação do processo e na descrição da sua aprendizagem, de modo a valorizar as suas formas de aprender e os seus progressos” (OCEPE, 2016).

As crianças que demonstrem algum tipo de dificuldades de desenvolvimento serão acompanhadas por uma grelha específica e individual, na qual serão registados os objetivos, as estratégias e sua avaliação. Serão também acompanhadas pelos técnicos de intervenção precoce da EMDIIP.

5. Considerações Finais

As relações, os afetos e as experiências com os materiais, com os outros e com o mundo que rodeia as crianças, contribuem para a construção da sua identidade. Considerando o exposto, pretendemos proporcionar oportunidades educativas para levar naturalmente as crianças a desenvolverem-se através de experiências

ativas, quer nas suas atividades de carácter espontâneo, quer em atividades organizadas.

O nosso Projeto Pedagógico contempla um ambiente bem pensado, organizado e promotor de progresso das crianças em termos de desenvolvimento físico, comunicação, competências cognitivas e interações sociais. Este ambiente será agradável e sereno.

A equipa de profissionais da Creche Ninho da Cegonha, continuará a ser afetuosa, observadora e atenta, respeitando sempre as ações, escolhas, ideias e o ritmo de cada criança.

Referenciamos como nota final de que este Projeto Pedagógico e Plano Anual de Atividades para o ano letivo 2020/2021, está de certa forma condicionado em virtude da situação de pandemia por covid-19. No entanto fica a garantia de que as nossas crianças continuarão a crescer e a viver momentos de muita alegria na nossa Creche, com todos os cuidados de higiene e segurança.

6. Referências Bibliográficas

- Folque, M., Bettencourt, M., Ricardo, M. (2015), Revista MEM N°3
- Hohman, M. & Weikart, D. (2011). *Educar a Criança*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- *Manual de Processos-Chave*, Instituto da Segurança Social, IP
- *Ministério da Educação, Qualidade e Projeto na Educação Pré-escolar*, Lisboa: 1998
- *Ministério da Educação, Orientações Curriculares para a Educação Pré-escolar*, Lisboa: 1997
- *Ministério da Educação, Orientações Curriculares para a Educação Pré-escolar*, Lisboa: 2016
- POST, J. & HOHMANN, M. (2003) *Educação de Bebés em Infantários*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Zabalza, M. (2007). *Qualidade em Educação Infantil*. São Paulo: Artmed.
- Retirado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-03942005000200007&script=sci_arttext, último acesso a 22 de Outubro de 2014

	Datas	Objetivos a desenvolver	Atividades a realizar
Setembro		<ul style="list-style-type: none"> Promover a integração nas rotinas da creche Experiências sensoriais 	<ul style="list-style-type: none"> Atividades promotoras de adaptação
Outubro		<ul style="list-style-type: none"> Conhecer alguns costumes da cultura tradicional portuguesa. Conhecer alguns elementos alusivos ao Outono 	<ul style="list-style-type: none"> Magusto – Vinda do Sr. vendedor de castanhas à creche. Teatro sombras chinesas da Lenda de São Martinho
Novembro	12/11- S.Martinho 5/11 Dia de Aulas ao ar livre	<ul style="list-style-type: none"> Celebrar e inspirar a brincadeira e a aprendizagem ao ar livre 	<ul style="list-style-type: none"> Dia das Aulas ao Ar Livre

Handwritten signatures in blue ink, including the name 'António...' and other illegible signatures.

Dezembro	18/12 – Festa de Natal (por salas)	<ul style="list-style-type: none"> Fomentar o imaginário infantil no contexto do Natal; Valorizar a Partilha 	<ul style="list-style-type: none"> Elaboração de um filme com as crianças para os pais Vinda do Pai Natal à creche Elaboração de um Presente de Natal para a Família
Janeiro	06/01- Dia de Reis	<ul style="list-style-type: none"> Promover a participação e a tradição em festas comemorativas 	<ul style="list-style-type: none"> Elaboração de Bolo-rei.
Fevereiro	12 e 15/02 – Festejos de Carnaval	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer as tradições relacionadas com o Carnaval 	<ul style="list-style-type: none"> Salas temáticas: Estilos musicais Fatos à escolha das crianças e das suas famílias.
Março	20/03- Dia do Pai 27/03- Dia Mundial do Teatro	<ul style="list-style-type: none"> Incentivar e promover a relação familiar Estimular laços afetivos e momentos de partilha Proporcionar um momento lúdico e cultural 	<ul style="list-style-type: none"> Prenda para o pai: uma receita para fazer em família. Teatro elaborado pela equipa pedagógica para as crianças

Abril	<p>2/4 – Dia do Livro Infantil</p> <p>12/04 – Páscoa</p>	<ul style="list-style-type: none"> Incentivar hábitos de leitura de pais para filhos Conhecer as tradições relacionadas com a Páscoa 	<ul style="list-style-type: none"> Semana do Livro – Pais contam uma história a partir de uma plataforma digital Elaboração de uma lembrança referente à Páscoa
Maio	<p>08/05 – Dia da Mãe</p> <p>15/05 – Dia da Família</p>	<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar um momento especial entre mãe e filho Incentivar e promover a relação escola/família Promover momentos lúdicos e vivências afetivas 	<ul style="list-style-type: none"> Construção de um jogo para oferecer às mães, incentivando a brincadeira mãe e filho; Partilha de momentos familiares, através de vídeos
Junho	01/06- Dia mundial da criança	<ul style="list-style-type: none"> Proporcionar à criança um mundo de explorações sensoriais Assinalar o fim do ano escolar com vivências enriquecedoras de convívio 	<ul style="list-style-type: none"> Insufiáveis na creche comemoração na creche

Julho	Atividades de Verão	<ul style="list-style-type: none">• Enriquecer o mês de Agosto com atividades lúdicas.	<ul style="list-style-type: none">• Piscinas• Jogos de água• Gincanas• Atividades de exterior
Agosto			



epstb
Antoniolima
2/20

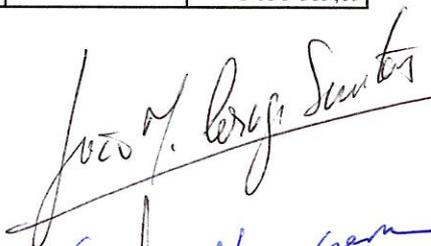
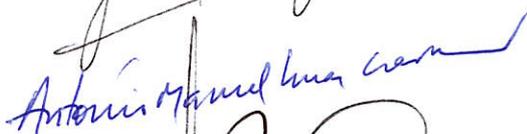


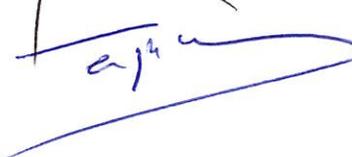

APOIO - ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

Conta de Exploração Previsional - Rendimentos 2021

Moeda: Euros

CONTA	RENDIMENTOS	Valores em Euros	
71	Vendas.....		
72	Prestações de Serviços:.....		
721	Quotas dos utilizadores.....	310 100,00	
722	Quotizações e jóias.....	4 500,00	
72-721/2	OUTROS.....		314 600,00
75	Subsídios, doações e legados à exploração.....		
7511	ISS, IP - Centro Distrital.....	605 455,85	
752	Subsídios de outras entidades.....		
753	Doações e heranças.....		
75-	OUTROS.....	34 750,00	640 205,85
73	Variações nos inventários da produção.....		
74	Trabalhos para a própria entidade.....		
76	Reversões.....		
761	De depreciações e de amortizações.....		
762	De perdas por imparidade.....		
763	De provisões.....		
76-(761/3)	OUTROS.....		
77	Ganhos por aumentos de justo valor.....		
78	Outros rendimentos e ganhos.....		
781	Rendimentos suplementares.....		
78-781	OUTROS.....	104 083,24	104 083,24
79	Juros, dividendos e outros rendimentos similares.....		
791	Juros obtidos.....		
79-791	OUTROS.....		
	(B).....		1 058 889,09


 João Carlos Santos

 António Manuel Lima



APOIO - ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

Conta de Exploração Previsional - Gastos 2021

Handwritten signatures and initials in blue ink.

Moeda: Euros

CONTA	GASTOS	Valores em Euros	
61	Custo merc. vendidas e matérias primas consumidas.....		
612	Matérias-primas, subsidiárias e de consumo.....	792,00	
61-612	OUTROS.....		792,00
62	Fornecimentos e serviços externos:.....		
621	Subcontractos.....	209 261,86	
622	Serviços especializados.....	25 714,00	
623	Materiais.....	9 240,00	
624	Energia e fluidos.....	35 100,00	
625	Deslocações, estadas e transportes.....	1 200,00	
626	Serviços diversos.....	40 704,00	
62-621/6	OUTROS.....		321 219,86
63	Gastos com o Pessoal:.....		
631	Remunerações dos órgãos sociais.....	24 573,36	
632	Remunerações do pessoal.....	508 131,02	
635	Contribuições Segurança Social.....	118 277,94	
636	Seguros acid. Trabalho e doenças profissionais.....	7 417,23	
*	OUTROS.....	10 385,00	668 784,55
65	Perdas por imparidade.....		3 080,00
66	Perdas por reduções de justo valor.....		
67	Provisões do período.....		
68	Outros gastos e perdas.....		
681	Impostos.....		
68-681	OUTROS.....	26 200,00	26 200,00
64	Gastos de depreciação e de amortização:.....		
641	Propriedades de investimento.....		
642	Activos fixos tangíveis.....	47 388,00	
643	Activos intangíveis.....		
64-641/3	OUTROS.....		47 388,00
69	Gastos e perdas de financiamento.....		
691	Juros suportados.....	468,00	
69-691	OUTROS.....		468,00
	(A).....		1 067 932,41
	RESULTADO LÍQUIDO PREVISIONAL.....		-9 043,32

* = 63-(631/2+635/6)

Handwritten signatures and initials in blue ink.



CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL E ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS

ANO 2021

NISS 20008486625

ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS

CÓDIGO DAS CONTAS	DESIGNAÇÃO	AUTO-FINANCIAMENTO	SUBSÍDIOS OSS	SUBSÍDIOS OUTRAS ENTIDADES	OUTROS FINANCIAMENTOS	TOTAIS
43+453-455-459	Activos fixos tangíveis	7 500,00		59 000,00		66 500,00
432	Bens do património histórico e cultural					
42-452-455-459	Propriedades de Investimento					
44+454-455-459	Activos Intangíveis					
41	Investimentos financeiros					
26	Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros					
	TOTAIS	7 500,00		59 000,00		66 500,00

MEMÓRIA JUSTIFICATIVA:

- Os acordos de cooperação existentes com o Instituto de Segurança Social, em número de utentes, assim como o valor base unitário das comparticipações, com uma majoração estimada de 3% sobre os valores atuais.
- O IVA incidente sobre os custos da alimentação será de 13% e que se manterá a devolução de 50%.
- O Banco Alimentar contra a Fome em 2021 dedicará à APOIO alimentos com valor idêntico a 2020.
- Considerado o efeito orçamental na APOIO do aumento do Salário Mínimo Nacional em 27,50€ para 662,50€ (estimativa).
- Considerado um valor correspondente a 1% sobre o valor previsto para "Vendas e Serviços Prestados" como perda por imparidade em dívidas a receber da conta "Clientes".
- Nas restantes rubricas considerou-se o histórico da APOIO e os condicionalismos de conjuntura, assim como previsões de acordo com a orientação geral de minimização de custos. Foi considerada uma taxa de inflação próximo de zero, exceto no que se refere ao subcontrato de alimentação, em que se levou em linha de conta o efeito do aumento do SMN, que tem aqui um impacto muito significativo.
- Investimento 66.500€ repartidos por:
30.000 em equipamento para a nova sala do Centro de Dia, com recurso a subsídio da Município de Oeiras
20.000 € para compra de viatura para o SAD, em virtude do alargamento da capacidade do SAD para 100 utentes, caso se consiga obter subsídio ou doação.
2.500 € para toldo e modificação acesso à cozinha
4.000 € em camas articuladas a adquirir com verbas provenientes de subsídio ou doação.
10.000 € para a renovação de equipamentos informáticos com recurso a subsídio ou doações em pelo menos 50% desse valor.
- Quanto ao impacto do covid 19, considerou-se o seguinte:
Centro de Dia encerrado até 30/06/2021, mantendo-se o apoio especial da Segurança Social que vigorou em 2020, ou seja, o pagamento do CD pelas tabelas do AD. Reabertura do CD em 1/7/2021, em situação normal.
Situação normal das outras valências durante todo o ano.
Forte agravamento do custo com EPI's.
Aumento do absentismo do pessoal em cerca de dois pontos percentuais.
- Aumento de capacidade das valências - Embora o alargamento das instalações do edifício da Madre Maria Clara esteja previsto para o fim do 1º trimestre, não se considera qualquer aumento de utentes, em virtude de este só poder ser efetivo após acordo com a Segurança Social.

A DIRECÇÃO

APROVADO EM ASSEMBLEIA GERAL

LOCAL -

Aprovado em Reunião de Direcção

DATA -

Abril 09, Novembro 2020

ASSINATURAS -

João P. Borges Santos
António Manuel Marques
Constância Beato

PRESIDENTE DA MESA

Parecer do Conselho Fiscal

Em conformidade com o estabelecido no Artigo 37º, alínea b) dos Estatutos da Associação APOIO - Associação de Solidariedade Social, somos a emitir o nosso Parecer quanto ao Programa de Acção e Orçamento para o Exercício de 2021.

Analisámos os documentos que a Direcção nos facultou, nomeadamente o Plano de Acção para 2021, e os seus anexos, Projecto Pedagógico da Creche e Plano de Acção Social, bem como o Orçamento para o exercício de 2021 que apresenta um resultado previsional negativo de € 9.043,32 (nove mil e quarenta e três euros e trinta e dois cêntimos).

Da difícil situação pandémica que atravessamos, resulta tornar-se mais incerto qualquer exercício previsional, mas também mais necessária a sua existência e o seu controlo mensal.

Dos elementos que analisámos pareceu-nos que a Direcção tem plena consciência do momento particular que vivemos e que assumiu uma posição activa de resolução dos problemas normais e dos acrescidos pelo actual estado sanitário, sem que, porém, tenha deixado de ser conservadora e realista.

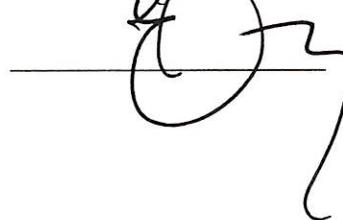
Desta forma, damos o nosso Parecer Favorável aos documentos acima referidos, recomendando a análise mensal da sua evolução.

Algés, 23 de Novembro de 2020

António Domingos
Presidente



Carlos Gonçalves
Vogal



Nuno Constantino
Vogal

