

# Fundação Dr. Francisco Cruz



## Plano Anual de Atividades

2024

Aprovado  
Rene Luis Santana de Cruz Portel, Presidente  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
Rui Miguel Lopes Assis

5 de Julho de 2024

## Índice

<b>Nota Introdutória</b> .....	
<b>1 - A Fundação Dr. Francisco Cruz – Enquadramento</b> .....	<b>3</b>
1.2 Colaboradores .....	7
1.3 Recursos Externos / Parcerias .....	9
1.4 - <i>Recursos Físicos</i> .....	11
1.5 - <i>Recursos Financeiros</i> .....	12
1.6 – <i>As Respostas Sociais e Outros Apoios</i> .....	13
<b>2 - Ano 2024</b> .....	<b>16</b>
<b>Atividades a desenvolver</b> .....	<b>16</b>
2.1. <i>Apoio Social à Comunidade</i> .....	16
2.2. <i>Saúde</i> .....	17
2.3. <i>Formação Profissional</i> .....	18
2.4. <i>Animação Sociocultural - Atividades Ocupacionais e de Lazer</i> .....	18
2.5. <i>Comunicação e Imagem</i> .....	21
2.6- <i>Planificação e Cronograma</i> .....	21
<b>1. Metodologia de Avaliação</b> .....	<b>23</b>
<b>Agradecimentos</b> .....	<b>24</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>25</b>

## **Nota Introdutória**

O presente documento é um instrumento de trabalho orientador e fundamental que contém o planeamento das atividades da Fundação Dr. Francisco Cruz para o ano de 2024.

O Plano de Atividades visa a definição, priorização e planificação das atividades tendo em conta os hábitos, as necessidades, interesses e expectativas dos utentes, a par do processo evolutivo da própria Instituição. Neste plano, são discriminados os objetivos a alcançar, as estratégias e programação das ações com a respetiva e necessária afetação de recursos, tendo em conta as necessidades da Instituição e das diferentes partes interessadas (utentes, colaboradores e familiares).

A prestação de serviços na área social constitui o ponto forte da Fundação Dr. Francisco Cruz, onde se desenvolvem atividades inseridas nos objetivos estratégicos da Instituição, cujo foco se situa na *continuidade de ações no sentido de manter e melhorar a qualidade dos serviços prestados aos idosos e remodelação/melhoria da estrutura de apoio aos idosos*.

Assim, tendo como base estes pressupostos, delineámos um Plano Estratégico com suporte nos seguintes objetivos:

- Manter e melhorar a atividade desenvolvida nas duas respostas sociais;
- Reforçar a formação dos recursos humanos;
- Manter e melhorar as condições de sustentabilidade nas diversas atividades da Instituição, não esquecendo o rigor e transparência na gestão.

A execução das atividades que estão contempladas neste Plano, e porque contam com o envolvimento de entidades parceiras, poderá sofrer influências exteriores, determinando consequentes ajustes ao seu conteúdo.

**A sua concretização passa necessariamente pelo esforço coletivo e pela vontade em sermos “melhores”!**

## 1 - A Fundação Dr. Francisco Cruz – Enquadramento

Francisco da Cruz nasce a 31 de Agosto de 1883, na freguesia da Praia do Ribatejo, concelho de Vila Nova da Barquinha, sendo filho de Tomáz da Cruz e de Rosa Maria.

No ano de 1908, concluiu o bacharelato de Direito na Universidade de Coimbra. Freqüentador dos centros republicanos de Coimbra e Anadia, foi propagandista da causa republicana e inflexível na greve académica de Coimbra em 1907.

Francisco Cruz foi maçõn na loja de Coimbra e pertenceu à Carbonária.

Faleceu em Lisboa no dia 30 de Junho de 1965.

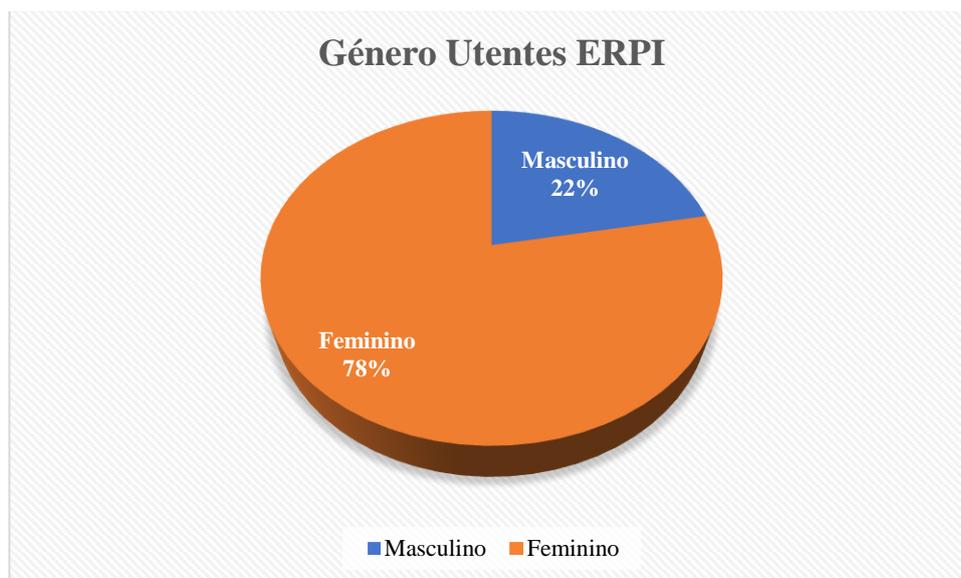
A Fundação Dr. Francisco Cruz nasce do legado deste benemérito, que por testamento, elaborado em Évora a 1 de Julho de 1961, deixa lavrada a sua vontade de ver criados “... *um asilo para velhos e inválidos do trabalho de ambos os sexos; uma creche de crianças pobres, estas e aquelas naturais da Praia do Ribatejo*”. Para além disso, “*esta Fundação criará uma Escola de Artes e Ofícios a instalar nas casas térreas em ruínas e quintal, que pelo sul confrontam com a Escola Primária Oficial*”.

A 13 de Dezembro de 1966, a Fundação Dr. Francisco Cruz foi considerada pessoa colectiva, como publicado em Diário do Governo de 27 de Dezembro de 1966. A inauguração da Fundação teve lugar no dia 10 de Junho de 1971, considerando-se à época como um edifício moderno e funcional.

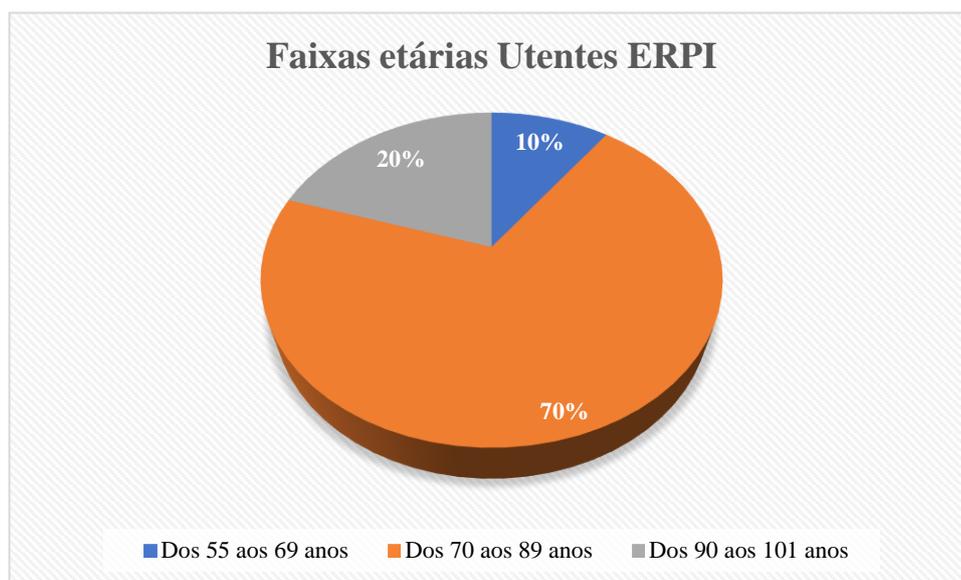
A 15 de Fevereiro de 1978 a Fundação Dr. Francisco Cruz é registada, através de despacho Ministerial, como uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), e em 1984 é alterado o registo ficando com o número 29/84. Em 23 de Dezembro de 1982 é registada no livro das Fundações de Solidariedade Social com o número 69/82, tendo assinado o primeiro acordo de cooperação com a Segurança Social a 18 de Outubro de 1982, para a resposta de Lar de Idosos.

A Fundação Dr. Francisco Cruz desenvolve a sua intervenção através de duas respostas sociais: Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD).

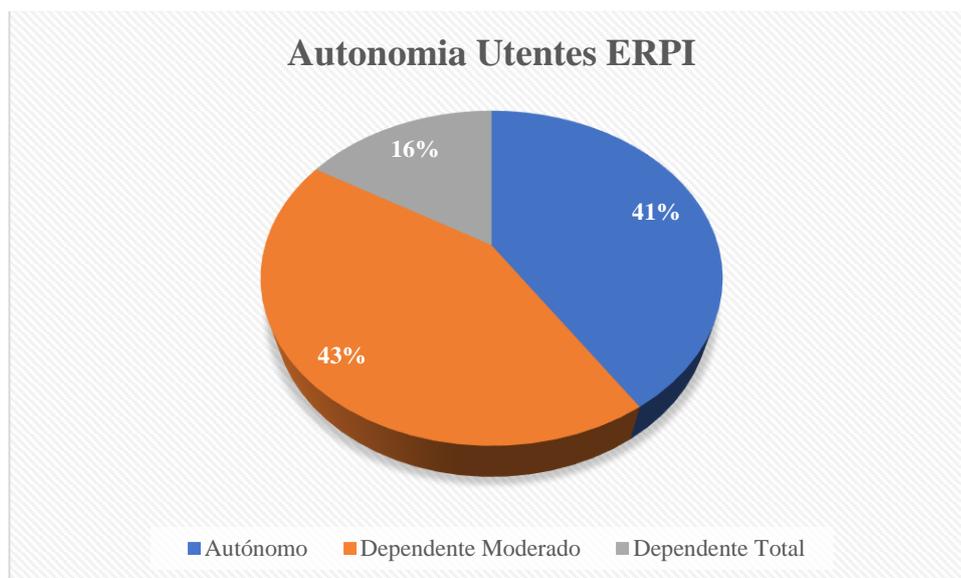
Na Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas (ERPI) estão inseridos 50 Utentes, dos quais onze (11) são do sexo masculino e trinta e nove (39) do sexo feminino como se pode verificar no **gráfico 1- Género Utentes ERPI**.



Nesta resposta social as idades variam entre os 55 e os 101 anos, sendo a média de idades de 82 anos, como se pode verificar no **gráfico 2 – Faixas etárias Utentes ERPI**.



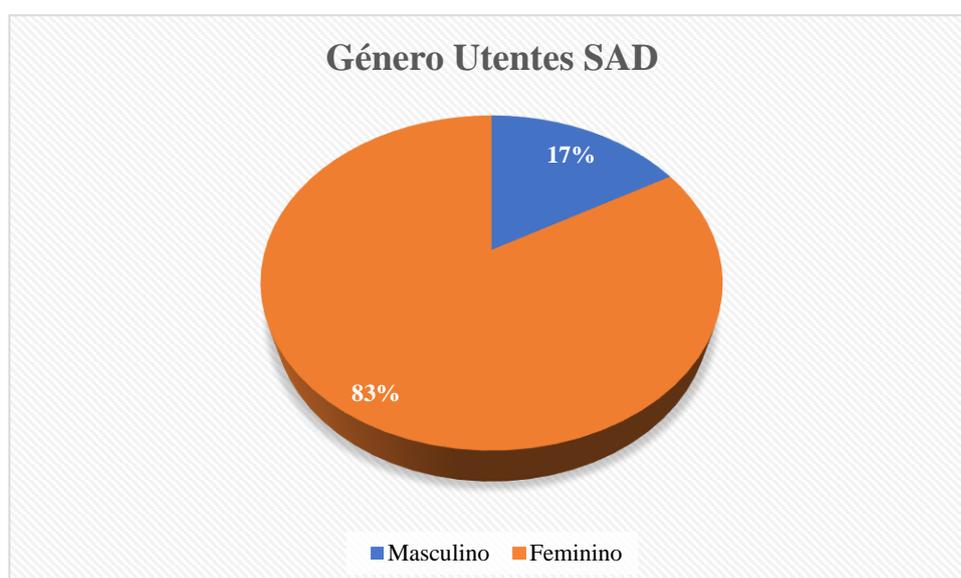
A maioria dos idosos institucionalizados são detentores de dependência moderada, correspondendo a um total de quarenta e três por cento, do número total de idosos residentes na Fundação Dr. Francisco Cruz. Quarenta e um por cento (41%) autónomos e dezasseis por cento (16%) considerados dependentes totais, tal como se pode observar no gráfico infra.



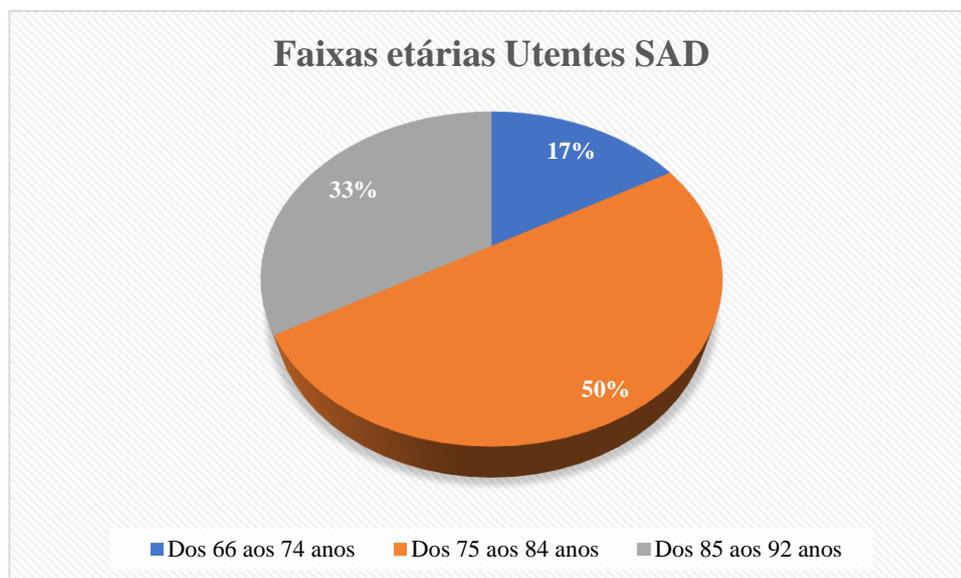
A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, desenvolve-se em duas modalidades de alojamento:

- a) Apartamentos de tipologia T1, num total de 9 apartamentos, com capacidade para duas pessoas cada;
- b) Quartos localizados na estrutura central, com tipologia dupla ou tripla.

No Serviço de Apoio Domiciliário encontram-se inscritos doze (12) utentes, dois do sexo masculino e dez (10) do sexo feminino como se pode verificar no **gráfico 3 – Género utentes SAD.**



Nesta resposta social as idades variam entre os 66 anos e os 92 anos. A idade média dos utentes inscritos em Serviço de Apoio Domiciliário é de 81 anos.



## 1.2 Colaboradores

### Direção:

A instituição Fundação Dr. Francisco Cruz, é gerida por um Conselho de Administração, constituído por uma Presidente, um Tesoureiro, um Secretário e dois Vogais.

### Colaboradores:

Os colaboradores da Fundação Dr. Francisco Cruz respeitam, em categoria profissional, os ratios e as orientações do Contrato Coletivo de Trabalho. Neste contexto, regista-se o total de **40 colaboradores** na Instituição de acordo com o quadro infra:

### Quadro de Pessoal:

<b>Categoria Profissional</b>	<b>N.º de Colaboradores</b>
Diretor de Serviços	1
Enfermeiro	1
Escriturário de 3. <sup>a</sup>	2
Encarregado Geral	1
Animadora Sociocultural	1
Ajudante de Ação Direta Principal	1
Ajudantes de Ação Direta de 1. <sup>a</sup>	5
Ajudantes de Ação Direta de 2. <sup>a</sup>	7
Ajudantes de Ação Direta de 3. <sup>a</sup>	4
Cozinheira de 1. <sup>a</sup>	1
Cozinheira de 2. <sup>a</sup>	1
Cozinheira de 3. <sup>a</sup>	1
Ajudante de Cozinha	2
Lavadeira	1
Trabalhadores Auxiliar	11

Da análise efetuada ao histórico dos colaboradores da Fundação Dr. Francisco Cruz, resulta que os colaboradores trabalham na Instituição em média há treze (13) anos, possuem uma média de idades de quarenta e oito (48) anos. Em termos de escolaridade, vinte e três (23) colaboradores possuem o nono (9.º) ano ou um grau inferior a este. Dez (10) colaboradores possuem o décimo segundo (12.º) ano, dos quais três (3) apresentam um curso

técnico profissional, e duas colaboradoras possuem o décimo primeiro (11.º) ano de escolaridade.

Existem cinco (5) colaboradores com grau de licenciatura (Enfermagem/ Serviço Social/ Jornalismo e Informação/ Auditoria e Fiscalidade/ Animação Socioeducativa) um dos quais com pós-graduação em gerontologia.

No entanto, considerando a importância da melhoria contínua em qualquer performance, constitui-se como prioridade a complementaridade dos conhecimentos adquiridos com formação específica promovida por parcerias ou pela própria Instituição.

### ***1.3 Recursos Externos / Parcerias***

É fundamental o estabelecimento de relações saudáveis e complementares com outras entidades, em que o contributo de cada um seja determinante para o bom desempenho de todos. Assim, entendemos que não se consegue um crescimento saudável e sustentável se caminhararmos sós.

Estas parcerias materializam-se/assentam em compromissos assumidos na forma verbal e/ou escrita e em que se cultiva o cuidado e o respeito por cada um em particular e por todos em geral e em que cada um disponibiliza o seu melhor e mais adequado recurso ao serviço da comunidade.

A Fundação Dr. Francisco Cruz colabora em rede com as seguintes Entidades Parceiras:

#### **Freguesia/Concelho**

- ✓ Junta de Freguesia da Praia do Ribatejo;
- ✓ Escola C+S Praia do Ribatejo;
- ✓ Câmara Municipal V.N. Barquinha;
- ✓ Farmácia Oliveira – V.N. Barquinha;
- ✓ Segurança Social V.N. Barquinha;
- ✓ Centro de Saúde de V.N. Barquinha;
- ✓ Bombeiros Voluntários V.N. Barquinha;
- ✓ Guarda Nacional Republicana de Vila Nova da Barquinha.

#### **Distrito**

- ✓ IPSS/Misericórdias com respostas na área da 3ª Idade

(Centro de Apoio Social Aconchego, Associação dos Lares Ferroviários do Entroncamento, Casa do Povo do Pombalinho, Centro de Acolhimento Social do Chouto, Centro de Apoio Social da Carregueira, Centro de Apoio Social da Parreira, Centro de Apoio Social de Ulme – Casulme, Centro de Assistência Paroquial de Pedrógão, Centro de bem-estar social de Alcanena, Centro Social de Bem-estar Zona Alta, Centro de Dia de Espinheiro, Centro de Dia de São Silvestre, Centro Social Divino e Espírito Santo, Centro Social Paroquial da Atalaia, Centro Social Paroquial Santo António de Riachos, Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Purificação de Assentis, Centro Social Santa

Eufémia, Centro de Solidariedade Social Padre José Filipe Rodrigues, Fundação Maria Conceição Humberto Horta, Lar Sagrada Família, Grupo de Amigos Avós e Netos das Lapas, Santa Casa da Misericórdia de Azinhaga, Santa Casa da Misericórdia da Chamusca, Santa casa da Misericórdia do Entroncamento – Lar Fernando Eiró Gomes / Lar Santa Casa da Misericórdia, Santa Casa da Misericórdia da Golegã, Santa casa da Misericórdia de Torres Novas – Centro de Dia São Simão/ Centro de Dia José Maria Viegas Tavares/ Casa de Repouso Visconde São Gião, Santa casa da Misericórdia de Vila Nova da Barquinha);

- ✓ Centro Distrital de Segurança Social de Santarém;
- ✓ Empresas fornecedoras;
- ✓ Instituto de Emprego e Formação Profissional de Torres Novas.

### ***1.4 - Recursos Físicos***

Os recursos físicos/logísticos que suportam e permitem a operacionalização das duas respostas sociais, são constituídos por duas unidades.

Uma unidade construída de raiz para equipamento social de suporte às respostas sociais composta por:

- Cozinha – 1
- Refeitório – 1
- Lavandaria – 1
- Sala de estar/convívio – 1
- Sala de atividades ocupacionais - 1
- Gabinete da animação – 1
- Sala cabeleireira – 1
- Farmácia – 1
- Gabinete Médico/ Enfermagem – 1
- Sala de visitas – 1
- WC do Edifício Principal – 10
- Despensas – 2
- Gabinete da Direção Técnica – 1
- Sala de colaboradoras - 1
- Quartos duplos –
- Quartos triplos –

Uma unidade contígua à primeira onde funcionam:

- Gabinete da Encarregada Geral– 1
- Secretaria – 1
- WC – 3
- Sala de Arquivo – 1
- Sala de Reuniões – 1
- Sala de Arrumações - 1
- Sótão - 1

Nesta unidade, situam-se ainda os 9 apartamentos de tipologia 1 constituído por:

- Quartos – 1
- WC- 1
- Kitchenette – 1

### **- Equipamento Móvel**

Este equipamento é constituído por uma carrinha adaptada para Serviço de Apoio Domiciliário, uma carrinha de cinco (5) lugares (mais uma cadeira de rodas) e uma carrinha de nove (9) lugares para transporte de idosos.

### ***1.5 - Recursos Financeiros***

O garantir da continuidade desta Fundação e da prestação de serviços de qualidade, passa necessariamente pela sua sustentabilidade. Neste contexto, a preocupação em gerir recursos terá que ser uma constante para todos aqueles que desempenham cargos diretivos ou de chefia, tendo em conta que das suas decisões deriva também a garantia e bem-estar dos utentes e de todos aqueles que direta ou indiretamente colaboram com a Fundação Dr. Francisco Cruz e dela necessitam.

As fontes de financiamento que suportam a atividade da Instituição assentam:

- No testamento do Fundador;
- Nos acordos de cooperação celebrados com a Segurança social;
- Nas participações dos utentes e famílias;
- Nos donativos de empresas e particulares.

## ***1.6 – As Respostas Sociais e Outros Apoios***

A Fundação Dr. Francisco Cruz desenvolve as respostas sociais de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas (ERPI) de acordo com a legislação aplicável e as orientações da Segurança Social.

### **Serviço de Apoio Domiciliário**

Objetivos:

- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias;
- Prevenir situações de dependência e promover autonomia;
- Prestar Cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos utentes e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar e para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- Apoiar os utentes e responsáveis na satisfação das necessidades básicas e atividades da vida diária;
- Colaborar e/ou assegurar o acesso á prestação de cuidados de saúde;
- Contribuir para a permanência dos clientes/utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residências;

Serviços Prestados:

- Fornecimento e apoio nas refeições;
- Higiene pessoal;
- Higiene habitacional;
- Tratamento de roupas.

Outros serviços de apoio ao utente que lhes são propostos ou solicitados:

- Transporte;
- Acompanhamento ao exterior/serviços da comunidade;
- Aquisição de bens e serviços, géneros alimentícios e outros artigos;
- Visitas domiciliárias para reavaliação das necessidades e atualização do processo individual do utente;
- Auxílio em pequenas tarefas domésticas na residência;

- Marcação de exames complementares de diagnóstico/consultas;
- Apoio na administração de terapêutica medicamentosa;
- Apoio administrativo;
- Apoio psicossocial;
- Participação em atividades ocupacionais e de lazer.

### **Estrutura Residencial para Pessoas Idosas**

#### Objetivos:

- Prestar um serviço de qualidade aos utentes que se encontram acolhidos;
- Melhorar os serviços, adequando e melhorando o equipamento e as instalações de forma a dignificar a prestação dos cuidados.
- Assegurar a satisfação das necessidades básicas dos clientes/utentes;
- Prestar Cuidados de Saúde primários;
- Combater as situações de abandono e isolamento;
- Assegurar o respeito pela individualidade e privacidade dos clientes/utentes.
- Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
- Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação intrafamiliar;
- Promover a integração social.
- Promover atividades de animação ocupacionais e de lazer que contribuem para o relacionamento saudável entre os idosos e para a manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas;

#### Serviços Prestados:

- Alojamento;
- Alimentação adequada, respeitando as prescrições médicas;
- Cuidados de higiene pessoal, imagem e conforto;
- Tratamento de roupas e conforto dos espaços;
- Acompanhamento médico e de enfermagem;
- Acompanhamentos a consultas de especialidade e exames complementares de diagnóstico;
- Apoio Psicossocial;
- Atividades de animação, ocupacionais e de lazer;
- Assistência Religiosa sempre que solicitado;

- Apoio no desempenho das atividades do cotidiano.

## **2 - Ano 2024**

### **Atividades a desenvolver**

No ano de 2024, pretende-se continuar a cumprir os princípios estatutários da Fundação Dr. Francisco Cruz, e de forma minuciosa, olhar de perto e promover o desenvolvimento das áreas que consideramos fundamentais para uma renovação cirúrgica institucional.

Os principais desafios para este ano passam por garantir uma política de qualidade, baseada nos valores e na missão institucional. Assim, pretende-se satisfazer as necessidades dos utentes e outras partes interessadas, controlando a conformidade dos processos (práticas e registos) e melhorando a sustentabilidade da organização.

Pretendemos também uma prestação de serviços mais qualificada, competente e certificada de forma a satisfazer as necessidades dos utentes bem como das suas famílias.

O trabalho em equipa, o respeito, a responsabilidade e a contribuição individual, são uma aposta fundamental para o ano de 2024, de forma a permitir a melhoria dos serviços prestados. Assim, o levantamento de recursos na comunidade e a recolha de ideias/sugestões através de várias ações junto dos idosos são um dos principais focos do trabalho de 2024.

#### ***2.1. Apoio Social à Comunidade***

A intervenção da Fundação Dr. Francisco Cruz passa pelo dever moral de prestar apoio a indivíduos e famílias na comunidade onde se insere, dando assim continuidade à vontade do seu fundador.

A Fundação Dr. Francisco Cruz constitui-se assim como um recurso, e parceira social que integra a Rede Social do concelho de Vila Nova da Barquinha e que de forma complementar apoia e continuará a colaborar no apoio aos que estejam em situação de vulnerabilidade social, privilegiando uma intervenção articulada, considerando que neste contexto “todos têm que se sentir convocados”.

## 2.2. Saúde

No que diz respeito à área da Saúde desta Instituição, a principal prioridade para o ano de 2024 é dar continuidade aos objetivos dos anos anteriores sendo estes, proporcionar cuidados de saúde de excelência, direcionados às verdadeiras necessidades dos nossos utentes/famílias, tendo como pedra basilar o seu bem-estar e qualidade de vida.

A estratégia assenta em quatro objetivos fundamentais:

- Prestação de cuidados de saúde holísticos e de qualidade;
- Proteção máxima dos utentes, enquanto grupo de alto risco;
- Diminuir as idas às urgências e número de internamentos em unidades hospitalares;
- Garantir que a administração e gestão da terapêutica seja concretizada com o mínimo de desperdício e com o máximo rigor;
- Formação em serviço a utentes/família e profissionais.

Define-se o seguinte plano de formação para o ano de 2024:

AÇÃO SENSIBILIZAÇÃO A UTENTES/FAMÍLIAS	DATAS	ATIVIDADES
DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO	29 SETEMBRO	Caminhada Funcionários Atividade desportiva a definir com Prof. Educação Física Monitorização de TA, FC, SpO2 utentes
DIA MUNDIAL DA DIABETES	14 NOVEMBRO	Avaliação de glicémias capilares a utentes/família e funcionários Educação para a saúde para utentes e família

AÇÃO SENSIBILIZAÇÃO PROFISSIONAIS	DATAS
SUORTE BÁSICO DE VIDA	Dezembro (data a definir)

### ***2.3. Formação Profissional***

A formação/qualificação dos profissionais da Fundação Dr. Francisco Cruz, é entendida como um investimento de valor e reconhecida como um importante meio de enriquecimento, quer para o trabalhador, quer para a nossa organização.

A importância da formação, ministrada na sua forma teórica ou em contexto de trabalho, passa por se considerar fundamental a validação e atualização de conhecimentos, a diferenciação e valorização de diferentes performances profissionais, reconhecendo-se também como impulsionadora dos níveis de produtividade e rentabilidade da própria IPSS.

Uma aposta clara na melhoria da qualificação dos prestadores, que não deve ser entendida por todos como uma obrigação, mas sim e antes de tudo uma condição chave no desenvolvimento das nossas próprias competências, constitui-se por isso como uma das prioridades estratégicas contempladas no Plano de Atividades para 2024.

Durante este ano, irão ser implementadas ações de formação/sensibilização de desenvolvimento de competências pessoais e sociais de todos os colaboradores.

### **2.4. Animação Sociocultural - Atividades Ocupacionais e de Lazer**

O envelhecimento representa atualmente um fenómeno mundial. De acordo com Fontain (2000) citado por Cancela (2007), o envelhecimento é dividido em três tipos de fatores: fatores biológicos, fatores sociais e fatores psicológicos. Os fatores biológicos são caracterizados pelas alterações sofridas no organismo através da idade, diminuindo a capacidade de autorregulação, causando a diminuição do seu funcionamento eficaz; O fator social consiste no local onde o indivíduo está integrado na sociedade, onde é determinado pela cultura que o rodeia; O fator psicológico refere-se às capacidades comportamentais em que o indivíduo é capaz, englobando a sua memória, a sua motivação e a sua inteligência. Ainda de acordo com o mesmo autor, é possível compreender que o envelhecimento atinge de forma muito diferente os indivíduos, independentemente da sua idade cronológica, acelerando ou abrandando o aparecimento do envelhecimento.

De forma a combater o declínio causado pelo envelhecimento, a Organização Mundial de Saúde, apela às práticas que promovam o envelhecimento ativo, otimizando as oportunidades para a saúde, participação e segurança e qualidade de vida dos indivíduos. Para que o envelhecimento seja ativo, os indivíduos têm de ter perceção das suas necessidades

tanto físicas como psicológicas, de forma a atribuir atividades que os estimulem e levem à longevidade (OMS, 2015).

É nesta lógica de pensamento que Jacob (2013) defende que a Animação se reflete na participação dos indivíduos, no sentido de os tornar mais ativos e que a sua intervenção seja plena, para que adquiram sentimentos de utilidade. Para o mesmo autor, a animação estimula os idosos a executarem atividades que contribuam para o seu desenvolvimento, capacitando-os para evoluírem e posteriormente criando sentimentos de pertença à sociedade.

Do ponto de vista de Ralha-Simões e Barros (2018), a Animação centrada nos idosos, pretende a estimulação, tanto a nível físico como cognitivo e psicológico, de modo a operar em diversos setores ligados à melhoria da qualidade de vida dos idosos. Esta questão centra-se no princípio do envelhecimento ativo, que pretende satisfazer os indivíduos, na medida em que estes se sintam parte integrante da sociedade, participando ativamente na mesma.

A prática e o desenvolvimento de atividades ocupacionais e de lazer têm vindo a revelar-se fundamentais por abrandarem os efeitos inerentes ao envelhecimento. Desta forma, a Animação surge como um processo significativo na conscientização do idoso relacionado com o meio onde se encontra inserido e com os seus próprios interesses, permitindo que este se mantenha saudável e ativo ao longo da sua vida.

Na Fundação Dr. Francisco Cruz, esta área é de intervenção prioritária e por isso merece um plano específico e detalhado que faz parte integrante deste documento.

Este Plano de Atividades Lúdicas e Recreativas contempla atividades de carácter contínuo e de carácter pontual, com vista a serem desenvolvidas com utentes das respostas sociais de ERPI e SAD, bem como os objetivos gerais e específicos onde se pretende intervir ao longo o presente ano civil (2024). Esses objetivos passam por:

<b>Objetivos de Intervenção Social</b>	
<b>Objetivos Gerais</b>	<b>Objetivos Específicos</b>
1.Desenvolver atividades de estimulação, trabalhando diversas competências dos idosos	1.1.Criar atividades individuais e em grupo estimulem e potenciem as várias áreas do sistema cognitivo dos idosos, nomeadamente a memória, a atenção, a perceção espacial, a perceção e exploração visual e a perceção auditiva.  1.2.Criar atividades estimulem as capacidades de carácter físico-motor dos idosos, nomeadamente desenvolvimento da psicomotricidade, melhorando a coordenação motora, a motricidade fina, a orientação

	<p>espacial e a consciencialização corporal.</p> <p>1.3.Criar atividades que desenvolvam a motricidade fina e a precisão manual, estimulem a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão plástica</p>
2.Valorizar os idosos nomeadamente os seus saberes/conhecimentos	2.1.Criar atividades que desenvolvam a autoestima e a motivação, envolvendo saberes antigos e conhecimentos dos idosos
3.Contribuir para a minimização do isolamento social e para a melhoria da qualidade de vida dos idosos	<p>3.1.Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.</p> <p>3.2.Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>

#### **Atividades de carácter contínuo:**

- ✓ Atelier “Mãos à Obra”: Atividades de Expressão Plástica
- ✓ Oficina da Memória: Atividades de Estimulação Sensorial e Cognitiva em grupo e/ou individual
- ✓ Atelier “Mova +”: Atividades de estimulação físico-motor (através do jogo; dança sénior; percursos de obstáculos.
- ✓ Oficina de Leitura e Escrita
- ✓ Atelier de Gerontomotricidade: Sessões de ginástica em grupo
- ✓ Oficina de música

### **Atividades de carácter pontual:**

- ✓ Atividades/ Cuidados de Imagem
- ✓ Celebração da Eucaristia/Assistência Religiosa;
- ✓ Comemoração de Datas Significativas (Aniversários, dias festivos e dias temáticos)
- ✓ Passeios
- ✓ Atividades Interinstitucionais

### **2.5. Comunicação e Imagem**

A manutenção da rede social (Facebook) da Fundação Dr. Francisco Cruz também vão ser atualizadas a fim de apresentar informações mais claras e dar respostas às dúvidas de quem procura a Instituição pela via virtual.

### **2.6- Planificação e Cronograma**

#### **Plano**

As atividades a desenvolver assentam em 5 Prioridades Estratégicas, a saber:

<b>Prioridades Estratégicas (PE)</b>	<b>Objectivos</b>	<b>Actividades</b>
PE1 – Promover a atualização profissional dos colaboradores;	- Promover um plano de formação nas áreas identificadas; - Estabelecer protocolos com entidades para formação/atualização profissional;	1. Identificação de áreas de formação a promover (em colaboração com a equipa de saúde da IPSS e outras entidades); 2. Elaboração de plano contendo sessão de esclarecimento/formativas;
PE2 – Manter e melhorar os serviços prestados;	- Melhorar as acessibilidades;	1. Pequenos arranjos;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melhorias pontuais das Instalações;</li> <li>- Aquisição de Materiais Diversos;</li> </ul>	
PE3 – Continuar a investir na melhoria e qualidade de vida do utente, promovendo a sua saúde e bem-estar;	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melhorar os cuidados de saúde;</li> <li>- Promover a implementação de hábitos alimentares saudáveis;</li> <li>- Aquisição de Materiais Diversos;</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sessões de esclarecimento para os utentes;</li> <li>2. Sensibilizar e envolver os utentes nas decisões, ao nível da elaboração das ementas;</li> <li>3. Ações de controlo de colesterol, glicémia, tensão arterial e peso;</li> </ol>
PE5 – Promover a autonomia e participação dos utentes e famílias nas atividades da Instituição e da comunidade.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover um envelhecimento ativo com a promoção e desenvolvimento de atividades, mantendo a melhor qualidade de vida possível;</li> <li>- Aquisição de Materiais Diversos;</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planificações detalhada das ações em anexo (Plano de Atividades Ocupacionais e de Lazer).</li> <li>2. Atualização e adequação do Plano Semanal de Atividades.</li> <li>3. Planificação mensal das atividades a desenvolver.</li> <li>4. Atualização dos processos individuais dos utentes.</li> </ol>

## **1. Metodologia de Avaliação**

A metodologia de avaliação a adotar no plano de atividades de 2024 nas diversas respostas sociais é realizado através de:

- ✓ Observação Direta;
- ✓ Auscultação junto dos utentes e resolução de problemas à data do acontecimento e/ou conhecimento;
- ✓ Avaliação e Registo das atividades realizadas ao longo do ano civil;
- ✓ Registos das diversas áreas descritas neste documento;
- ✓ Relatório do Plano de atividades que será apresentando no próximo ano civil (2025) referente ao atual documento;

## **Agradecimentos**

### *Aos nossos parceiros*

Sabendo que nada se constrói sozinho, o nosso respeito e consideração pelo apoio que nos dispensam no caminho que vimos cimentando em conjunto;

### *Aos nossos colaboradores*

A todos e a cada um em particular a nossa gratidão e profundo reconhecimento pela dedicação, carinho e profissionalismo com que desempenham as suas funções;

### *Aos nossos idosos e famílias*

Reafirmamos o nosso compromisso na área da solidariedade. A procura incessante de uma melhoria da qualidade dos serviços prestados deve-se de forma muito especial a vós, a nossa razão de existir – os nossos utentes e famílias, que nos escolheram por acreditarem no nosso trabalho e a quem pela preferência estaremos eternamente gratos.

# Anexos



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

**Anexo I – Plano de Atividades Detalhado - Ocupação de Tempos Livres**

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Janeiro	05	Comemoração Dia de Reis	Celebração eucaristia Crianças do JI e EB de Praia do Ribatejo	<p>3.2 Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3 Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	<p><b>Equipamentos:</b> Altar e adornos eclesiais</p>	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Pa. Paulo Marques - Crianças e docentes/educadores JI e EB Praia do Ribatejo</p>	ERPI SAD
Fevereiro	04 a 11	“Missão País”	Acolhimento de jovens missionários na Instituição para desenvolverem atividades junto dos idosos	<p>3.1. Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.</p> <p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p>	(mediante atividades a serem desenvolvidas, já previstas na Instituição)	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Jovens missionários;</p>	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Fevereiro (cont. <sup>1</sup> )	08	AI <sup>2</sup> – Baile de Carnaval	Atividade Interinstitucional: Baile de Carnaval – Pavilhão desportivo de Praia do Ribatejo – Tema: “Noivos”	<p>3.1. Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.</p> <p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p>	Equipamentos: Carrinhas	<p><b>Responsável:</b> - Instituições de Apoio à 3.<sup>a</sup> idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha</p> <p><b>Colaboração:</b> - Animador Sociocultural - Colaboradoras</p>	ERPI SAD
	12	Festa de Carnaval FDFC	Concurso de Máscaras seguido de baile na instituição	<p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	Material Didático: Adereços de Carnaval	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural</p> <p><b>Colaboração:</b> - Colaboradores</p>	ERPI SAD

<sup>1</sup> Continuação

<sup>2</sup> Atividade Interinstitucional



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Março	8	Comemoração Dia Internacional da Mulher	Oferta de lembranças às utentes e colaboradoras da Instituição	<p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	<p><b>Material de Desgaste:</b> Cartolinas; Cola; Paus de espetada.</p>	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> -----</p>	ERPI SAD
	14	AI – Olimpíadas Sêniores	Atividade Interinstitucional: Dia de jogos no Pavilhão Municipal do Entroncamento	<p>3.1. Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.</p> <p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p>	<p><b>Equipamentos:</b> Carrinhas T-shirts Instituição</p>	<p><b>Responsável:</b> - Instituições de Apoio à 3.<sup>a</sup> idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha <b>Colaboração:</b> - Animador</p>	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

						Sociocultural - Colaboradoras	
27	Comemoração Dia Mundial do Teatro	Convidar o grupo de teatro da Associação Cultural Paio de Pelle da Praia do Ribatejo a dinamizar uma peça de teatro na Instituição	3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.  3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.	(Mediante necessidade do grupo convidado)	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> Grupo de Teatro Associação Cultural Paio de Pelle		ERPI SAD
31	Páscoa	Entrega de amêndoas aos utentes	3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.	<b>Alimentar:</b> Lembrança - Pacotes de amêndoas	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras		ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Abril	5	Comemoração Dia Mundial da Atividade Física	Gincana de jogos desportivos; Mega aula de ginástica para os idosos promovida pelo Professor Carlos Godinho	3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.  3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.	<b>Material Didático:</b> Jogos disponíveis na Instituição;  <b>Material Audiovisual:</b> Coluna/aparelhagem	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Prof. Carlos Godinho	ERPI SAD
	10 e 24	Peregrinação a Fátima	Peregrinação a Fátima (Passeio apreciado pela maioria dos utentes, dividido em dois dias com grupos distintos)	3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.  3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.	<b>Equipamentos:</b> Carrinhas	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras	ERPI SAD
	16	AI – Baile da Primavera	Atividade Interinstitucional: Baile da Primavera – Pavilhão dos Bombeiros Voluntários da	3.1. Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.  3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa	<b>Equipamentos:</b> Carrinhas	<b>Responsável:</b> - Instituições de Apoio à 3.ª idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas,	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

		Chamusca	perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.		Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha  <b>Colaboração:</b> - Animador Sociocultural - Colaboradoras	
29	Comemoração Dia Mundial da Dança	Mega aula de Dança Sénior no exterior da Instituição	3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.  3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.	<b>Equipamentos:</b> Cadeiras  <b>Material Audiovisual:</b> Coluna/Aparelhagem	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Maio	9	Dia da Espiga	Apanha da espiga e construção de ramos (com os utentes).	<p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	<p><b>Material de Desgaste:</b> Papoilas; Rama de Oliveira; Malmequer do campo; Videira; Espiga de Trigo; Cordel; <b>Ferramentas:</b> Tesouras.</p>	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras</p>	ERPI SAD
	17	Comemoração Dia Internacional dos Museus	Visita ao Museu do Sabão e Núcleo Museológico das Mantas e Tapeçarias de Belver	<p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	<p><b>Equipamentos:</b> Autocarro da Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha</p>	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras - Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha</p>	ERPI SAD
	21	AI – Missa Campal	Atividade Interinstitucional: Missa Campal – Parque Ribeirinho de Vila Nova da Barquinha	<p>3.1. Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.</p> <p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para</p>	<p><b>Equipamentos:</b> Carrinhas; Estandarte da Instituição.</p>	<p><b>Responsável:</b> - Instituições de Apoio à 3.<sup>a</sup> idade dos concelhos de Alcanena,</p>	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

			a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.		Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha  <b>Colaboração:</b> - Animador Sociocultural - Colaboradoras	
--	--	--	--	--	--	--



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Junho	12	Marchas de Santo António	Participação nas marchas populares da Feira do Tejo	<p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	<b>Equipamentos:</b> Carrinhas;	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras	ERPI SAD
	24	Sardinhada de São João	Comemorar o São João com uma sardinhada no exterior da instituição; Exibição das marchas populares.		<b>Equipamentos:</b> Cadeiras e mesas; <b>Material Didático:</b> Decoração alusiva aos santos populares <b>Material Audiovisual:</b> Coluna/aparelhagem	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras	ERPI SAD
Julho	10	Dia Mundial da Pizza	Confeção de pizzas – integrado no Atelier de Culinária		<b>Ingredientes:</b> Base de pizza; (outros ingredientes necessários e fundamentais para a confeção) <b>Material de Desgaste:</b>	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras (cozinheira)	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

					Luvas Toucas Aventais		
	24	1º Passeio de Verão	Passeio à Praia Fluvial de Belver		<b>Equipamentos:</b> Carrinhas;	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras	ERPI SAD
Agosto	13	2.º Passeio de Verão	Passeio praia a definir		<b>Equipamentos:</b> Autocarro da Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras - Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Setembro	20	Dia do Alzheimer	Gincana de jogos mentais – integrado na Oficina da Memória; Discussão/Explicação acerca da importância do estímulo cognitivo na terceira idade.	<p>1.1.Criar atividades individuais e em grupo estimulem e potenciem as várias áreas do sistema cognitivo dos idosos, nomeadamente a memória, a atenção, a perceção espacial, a perceção e exploração visual e a perceção auditiva.</p> <p>3.2.Consciencializar os idosos para que a sua permanência o em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	<p><b>Materiais Didáticos:</b> Jogos de estimulação cognitiva existentes na Instituição</p>	<p><b>Responsável:</b> Animadora Sociocultural;</p> <p><b>Colaboração:</b> Colaboradores.</p>	ERPI SAD
Outubro	(todo o mês)	Exposição : “Cavalos da Nossa Coudelaria ” (preparação)	Preparação do cavalo para a exposição promovida pela Santa Casa da Misericórdia da Golegã – integrada no Atelier “Mãos à Obra”	1.3.Criar atividades que desenvolvam a motricidade fina e a precisão manual, estimulem a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão plástica	<p><b>Materiais de Desgaste:</b> Cola quente; Tintas; (outros materiais necessários e fundamentais para a construção do boneco – a definir)</p>	<p><b>Responsável:</b> Animadora Sociocultural;</p> <p><b>Colaboração:</b> -----</p>	ERPI SAD
	1	Dia	Ação	3.2.Consciencializar os idosos para que a sua	<b>Equipamentos:</b>	<b>Responsável:</b>	ERPI



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

3	Mundial do Idoso  Dia Mundial da Música	Religiosa/Espiritual – Celebração da Eucaristia, no período da manhã. Período da tarde comemoração do Dia do Idoso com o grupo de animação a definir.	permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.  3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.	Altar e adornos eclesíásticos  <b>Material Audiovisual:</b> Coluna/aparelhagem  Decoração alusiva ao dia em específico	- Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Pa. Paulo Marques - Grupo de cantares a definir	SAD
	AI – Dia do Idoso	Atividade Interinstitucional – Quinta das Carrascosas – período da manhã: Missa; Almoço; Período da tarde: animação musical.	3.1.Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.  3.3.Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.	<b>Equipamentos:</b> Carrinhas;	<b>Responsável:</b> - Instituições de Apoio à 3.ª idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha  <b>Colaboração:</b> - Animador Sociocultural - Colaboradoras	ERPI SAD
	31	Dia de Todos os Santos	Confeção de broas – integrado no Atelier de Culinária	3.2.Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e	<b>Ingredientes:</b> (ingredientes necessários e fundamentais para	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b>



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

				<p>não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p> <p>3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>	<p>a confeção)</p> <p><b>Material de Desgaste:</b> Luvas Toucas Aventais</p>	<p>- Colaboradoras (cozinheira)</p>	
--	--	--	--	---	--	-------------------------------------	--



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Novembro	(Todo o mês)	AI - Exposição de Natal (preparação)	Preparação do objeto/figura para exposição de Natal do Torreshopping – integrada no Atelier “Mãos à Obra”, promovida pelas Instituições de Apoio à 3.ª idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha	1.3.Criar atividades que desenvolvam a motricidade fina e a precisão manual, estimulem a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão plástica	<b>Materiais de Desgaste:</b> Cola quente; Tintas; (outros materiais necessários e fundamentais para a construção do objeto/figura – a definir)	<b>Responsável:</b> Animadora Sociocultural;  <b>Colaboração:</b> -----	ERPI SAD
	1 a 11	Exposição: “Cavalos da Nossa Coudelaria”	Participação na exposição promovida pela Santa Casa da Misericórdia da Golegã – integrada no Atelier “Mãos à Obra”	3.2.Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.	-----	<b>Responsável:</b> Animadora Sociocultural;  <b>Colaboração:</b> -----	ERPI SAD
	5	Passeio Feira Nacional do Cavalo	Passeio pela Feira Nacional do Cavalo – visita à exposição da Santa Casa da Misericórdia da Golegã	3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.	<b>Equipamentos:</b> Carrinhas;	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Colaboradoras	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

	11	Magusto	Festa da Castanha na FDFC com a típica castanha assada e animação com grupo de cantares a definir		<b>Equipamentos</b> : Assador de castanhas	<b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural <b>Colaboração:</b> - Grupo de cantares a definir	ERPI SAD
	19	AI – Festa Dourada	Atividade Interinstitucional – Cine Teatro Virgínia Torres Novas – animação a definir pela organização	3.1. Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.  3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.	<b>Equipamentos</b> : Carrinhas;	<b>Responsável:</b> - Instituições de Apoio à 3.ª idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha  <b>Colaboração:</b> - Animadora Sociocultural; - Colaboradores.	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

Mês	Dia	Atividade	Desenvolvimento da Atividade	Objetivos	Recursos		Resposta Social
					Materiais	Humanos	
Dezembro	(To do o mês)	Atividade Interinstitucional – Exposição de Natal Torreshopping	Participação na exposição de Natal do Torreshopping – tema a definir	<p>3.1. Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.</p> <p>3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.</p>	-----	<p><b>Responsável:</b> - Instituições de Apoio à 3.ª idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha</p> <p><b>Colaboração:</b> - Animadora Sociocultural;</p>	ERPI SAD
	11	Visita Exposição de Natal Torreshopping	Visita à exposição de Natal no Torreshopping – Torres Novas	3.2. Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.	<b>Equipamentos:</b> Carrinhas;	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural</p> <p><b>Colaboração:</b> - Colaboradoras</p>	ERPI SAD
	22	Festa de Natal	Ação Religiosa/Espiritual – Celebração da Eucaristia, no	3.3. Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.	<p><b>Equipamentos:</b> Altar e adornos eclesiais</p> <p><b>Materiais</b></p>	<p><b>Responsável:</b> - Animadora Sociocultural</p> <p><b>Colaboração:</b> -</p>	ERPI SAD



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

			<p>período da manhã. No período da tarde realização de peças de teatro e/ou musical pelos utentes em conjunto com as colaboradoras. Entrega de lembranças e lanche de convívio.</p>		<p><b>Audiovisuais:</b> Coluna/aparelhagem/microfone</p>	<p>Colaboradoras - Pároco da Paróquia</p>	
--	--	--	---	--	--	---	--



**Anexo II – Objetivos (gerais e específicos) por atividade a desenvolver**

Atividades Carácter Continuo			Atividades Carácter Pontual		
Oficina/Atelier	Objetivos		Atividade	Objetivos	
	Gerais	Específicos		Gerais	Específicos
<b>Atelier “Mãos à Obra”</b>	1.Desenvolver atividades de estimulação, trabalhando diversas competências dos idosos	1.3.Criar atividades que desenvolvam a motricidade fina e a precisão manual, estimulem a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão plástica	<b>Passeios</b>	3. Contribuir para a minimização do isolamento social e para a melhoria da qualidade de vida dos idosos	3.2.Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.  3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.
<b>Oficina da Memória</b>	1.Desenvolver atividades de estimulação, trabalhando diversas competências dos idosos	1.1.Criar atividades individuais e em grupo estimulem e potenciem as várias áreas do sistema cognitivo dos idosos, nomeadamente a memória, a atenção, a perceção espacial, a perceção e exploração visual e	<b>Atividades Interinstitucionais</b>		3.1.Envolver os idosos em atividades interinstitucionais que permitam o desenvolvimento das relações interpessoais.  3.3.Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

		a perceção auditiva.			seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.
<b>Atelier “Mova +”</b>	1.Desenvolver atividades de estimulação, trabalhando diversas competências dos idosos	3.4.Criar atividades estimulem as capacidades de carácter físico-motor dos idosos, nomeadamente desenvolvimento da psicomotricidade, melhorando a coordenação motora, a motricidade fina, a orientação espacial e a consciencialização corporal.	<b>Comemoração de datas significativas (aniversários, dias festivos e dias temáticos)</b>		3.2.Consciencializar os idosos para que a sua permanência em ERPI seja uma mais valia para a continuação do desenvolvimento social, pessoal e relacional, numa perspetiva positiva e não como um término de ciclo, desenvolvendo a sua qualidade de vida.  3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.
<b>Oficina de Leitura e Escrita</b>	2.Valorizar os idosos nomeadamente os seus saberes/conhecimentos	2.1. Criar atividades que desenvolvam a autoestima e a motivação, envolvendo saberes antigos e conhecimentos dos idosos	<b>Celebração da Eucaristia/Assistência Religiosa;</b>		3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

<p><b>Atelier de Gerontomotricidade</b></p>	<p>1.Desenvolver atividades de estimulação, trabalhando diversas competências dos idosos</p>	<p>1.2.Criar atividades estimulem as capacidades de carácter físico-motor dos idosos, nomeadamente desenvolvimento da psicomotricidade, melhorando a coordenação motora, a motricidade fina, a orientação espacial e a consciencialização corporal.</p>	<p><b>Cuidados de Imagem</b></p>		<p>3.3.Criar atividades que proporcionem momentos de convívio, lazer e descontração, desenvolvendo a autoestima a motivação e bem estar dos idosos.</p>
---	--	---	----------------------------------	--	---



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

**Anexo III – Orçamento Atividades de Ocupação de Tempos Livres**

Tipo de Recursos			Gastos/Despesas (valor monetário em €)	Financiamentos/Receitas (valor monetário em €)	Origem dos Financiamentos/Receitas	
		Quantidades				
Recursos Materiais	Material de desgaste	Cartolinas	(a definir)	Não se aplica – material já existente na instituição	Não se aplica – material já existente na instituição	Fundação Dr. Francisco Cruz
		Cola branca				
		Cola quente				
		Cordel				
		Tintas				
		Luvas				
		Toucas				
		Aventais				
	Ferramentas	Tesoura	-			
	Material audiovisual	Sistema de som (aparelhagem)	1 uni.			
		Computador;	1 uni.			
		Impressora;	1 uni.			
		Sistema de som (microfone/coluna)	1 uni.	Não se aplica – material cedido pela Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha	Não se aplica – material cedido pela Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha	Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha
	Material didático	Adereços carnaval	-	Não se aplica – material já existente na instituição	Não se aplica – material já existente na instituição	Fundação Dr. Francisco Cruz
Jogos tradicionais/estimulação cognitiva		-				
Decoração santos populares		-				
Equipamentos	Carrinha	1052 km	378,72€ <sup>3</sup>	378,72€	Fundação Dr. Francisco Cruz	
	Mesas	-	Não se aplica – material já	-		

<sup>3</sup> (valor calculado com base nas atividades de caráter pontual definidas – deslocações duas carrinhas (ida e volta) no valor de 0,36€/km)



Fundação Dr. Francisco Cruz – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)  
Plano de Atividades – Ano de 2024

		Cadeiras;	-	existente na instituição		
		T-shirts	12 uni.			
		Altar e adornos eclesiásticos	-			
		Estandarte Instituição	1 uni.			
		Assador castanhas	1 uni.	Não se aplica – material já existente e cedido pelo Salão Paroquial	-	Responsáveis Salão Paroquial
		Autocarro Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha	Quilómetros a definir (de acordo com o Passeio a Belver e 2.º Passeio de Verão)	Valor a definir consoante as deslocações efetuadas para as atividades	-	Câmara Municipal de Vila Nova da Barquinha
				<b>Total: 378,72€</b>		