

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO PARA O ANO 2025

LAR FREI MANUEL DAS ENTRADAS



Índice

Mensagem da Direção	3
Introdução	4
Enquadramento Histórico.....	5
Enquadramento Institucional.....	6
Missão	6
Visão	6
Valores	6
Princípios	7
Órgãos Sociais	7
Estrutura Organizacional	8
Políticas da Qualidade	9
Linhas Estratégicas.....	9
Área Financeira.....	9
Consolidação e qualificação das respostas sociais	10
Centro de Dia	10
Serviço de Apoio Domiciliário	10
Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas	11
Recursos Humanos.....	11
Quadro de pessoal efetivo e a contratar	12
Quadro de pessoal de avença	12
Formação profissional.....	12
Manutenção e Transportes	13
Candidatura	13
HCCP, Higiene, Segurança e Medicina do Trabalho	13
Atividades	14
Enfermagem.....	14
Terapia Ocupacional	14
Fisioterapia	24
Orçamento ano 2025	32

MENSAGEM DA DIREÇÃO

A mesa administrativa eleita para o quadriénio 2023-2026, vem apresentar, por imperativo legal a que está sujeita, o Plano de Atividades e Orçamento para o ano 2025. O mundo encontra-se em constante mudança, colocando-nos, em cada momento, exigências diversas e complexas que exigem um grande empenho e rigor face aos objetivos a que nos propomos.

Queremos e estamos a envidar esforços para renovar os nossos equipamentos sociais (lavandaria), proporcionando melhores condições aos nossos clientes e trabalhadores. Pretendemos e já estamos a dar passos decisivos no que concerne à dinamização da nossa área de saúde.

Dada a conjugação da escassez de mão-de-obra e consequente subida dos custos de produção em Portugal, com o acréscimo de uma conjuntura mundial de profunda incerteza e instabilidade, a manutenção de uma base sustentável da instituição exige que sejamos capazes de diferenciar e valorizar os nossos equipamentos / serviços e que consigamos ser eficientes no processo de gestão. A tecnologia, o conhecimento e a inovação podem dar importantes contributos, tanto para a diferenciação, como para a eficiência, e merecerem necessariamente um lugar de destaque no plano estratégico.

Será, pois, num contexto de incerteza e de grande exigência, que iremos apresentar a nossa proposta de Plano e Orçamento e, se aprovada, será executada num tempo deveras complexo e conturbado. Mas, são estes tempos de incerteza que nos obrigam a ser mais criteriosos e criativos e esta é a equipa que assumiu o compromisso de saber manter com todas as instituições e empresas, o diálogo necessário para se concretizar o esforço coletivo de elevar a relevância da instituição, sempre em prol das pessoas.

É em nome das pessoas e da melhoria das suas condições de vida que se justifica a nossa atitude e desempenho institucional. É em nome dos que mais precisam, que está o nosso firme propósito em levar por diante a nossa missão. A mesa administrativa fica com a responsabilidade de não desiludir, neste esforço coletivo, e estamos certas que com a confiança de todos, com o empenho dos nossos parceiros, com a disponibilidade dos nossos clientes e o apoio dos nossos trabalhadores vamos conseguir atingir os objetivos que aqui nos propomos.

INTRODUÇÃO

O presente documento “Plano de Atividades e Orçamento para o ano 2025” visa constituir o instrumento de delineamento de organização e estimativa de gastos e rendimentos do Lar Frei Manuel das Entradas, respeitante ao exercício de 2025.

Nesta conformidade, importa sublinhar que o referido documento se encontra suportado em estimativas de gastos e de rendimentos que podem ou não verificar-se na íntegra.

Trata-se de um documento enquadrador de linhas de ação que irão presidir às orientações e políticas da Direção tendentes à melhoria de governação na nossa instituição na expectativa do seu engrandecimento, quer quantitativo quer qualitativo.

Com efeito, a economia do nosso País e do mundo encontra-se exposta a riscos e vulnerabilidades que nenhuma entidade controla. As mais diversas contingências e turbulências, têm necessariamente, reflexos na qualidade de vida das pessoas, como por exemplo, as alterações climáticas extremas, guerras e epidemias.

A inflação, o agravamento das taxas de juro e a consequente perda de nível de vida só podem ser compensadas com a evolução dos salários e dos rendimentos, a criação de condições para o funcionamento de qualidade dos vários serviços e respostas sociais em prol dos mais vulneráveis.

O comparativo do orçamento do ano de 2025 relativamente ao ano de 2024, regista um acréscimo esperado de rendimentos e gastos na ordem dos 6,92 %.

Os desafios são muitos, mas as vontades são ainda maiores e determinadas.

Assim, devemos considerar para o ano 2025 quatro pilares de atuação estratégica a serem implementados em todas as áreas de intervenção:

- ✓ a gestão associada à sustentabilidade;
- ✓ a gestão associada à competência;
- ✓ a qualidade na perspetiva da melhoria contínua;
- ✓ a satisfação das partes interessadas.

ENQUADRAMENTO HISTÓRICO

O Lar Frei Manuel das Entradas é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que atua no território abrangido pelo Concelho de Castro Verde. Como realidade e identidade próprias, o LFME existe desde 1992, ano da sua fundação e, segundo os seus compromissos, é uma Instituição sem fins lucrativos, de utilidade pública, registada na direção geral da segurança social pelo averbamento nº. 2 à inscrição nº. 81/95, a fls. 79 Verso e 80 do Livro nº. 6 das Associações de Solidariedade Social, efetuado em 17/08/2016. Desde o ano 2000 até hoje, manteve esta instituição uma atividade permanente, nunca se desviando dos princípios em que assentou a sua fundação e os objetivos que se propôs atingir, desenvolvendo a sua ação, desde sempre, na proteção social. Hoje, o LFME tenta acompanhar as transformações sociais e económicas da sociedade portuguesa, criando novos serviços adaptados às necessidades emergentes. É neste contexto, que o LFME, seguindo a visão e os princípios estratégicos que norteiam o plano e orçamento para o próximo ano, quer continuar a sua ação.

ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL

O Lar Frei Manuel das Entradas é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que desde sempre, tem desempenhado um papel crucial no Concelho, no que diz respeito ao apoio e acompanhamento, sobretudo dos mais desprotegidos.

A crescente visibilidade da instituição, que assume no meio populacional em que se insere, um papel cada vez mais preponderante, garante o investimento e a aposta no desenvolvimento e a procura de um serviço cada vez de mais qualidade.

Com a evolução dos tempos e em resposta às crescentes solicitações da sociedade atual e dos cidadãos naturais e residentes no Concelho, o LFME é, sem sombra de dúvida, a Instituição de Solidariedade Social mais influente no meio em que exerce a sua influência. Vamos continuar fiéis aos princípios de continuar a afirmar a nossa missão, valores e visão.

Missão

Promover a qualidade de vida dos clientes, respondendo às suas necessidades e expectativas, adequando e qualificando os serviços prestados, pela melhoria e inovação, contribuindo para uma sociedade mais justa e solidária.

Visão

Ser uma instituição de referência no mercado, reconhecida pela excelência profissional nos serviços e comprometida com a melhoria da qualidade de vida dos seus clientes.

Valores

Representam as atitudes que queremos desenvolver na nossa instituição. Estes valores deverão guiar os clientes e todos os trabalhadores, em todas as situações e nas diversas respostas sociais.



Princípios

Desenvolve a sua prática quotidiana orientada pelos seguintes princípios:

- ✓ Liderança
- ✓ Direitos
- ✓ Ética
- ✓ Parcerias
- ✓ Participação

Órgãos Sociais

Assembleia Geral

Presidente: Jéssica Alexandra Lampreia Baltazar

1º. Secretário: Orlando Romão Chão

2ª Secretária: Ana Maria Augusto Chaves Raposo

Direção

Presidente: Maria Eunice Moreira Raimundo Chão

Vice-Presidente: Maria Manuela Margarido de Deus

Tesoureira: Maria Natália Algarvio Madeira Coelho Pacheco

Secretária: Maria Francisca Pratas Carrilho

Vogal: Ana Rita Colaço Bárbara

Suplentes

1º. Suplente: Rosália Maria Madeira Costa Martins

2º. Suplente: Maria Teresa Guerreiro Pereira

3º. Suplente: Maria Felicidade Rosa Lourenço

4º. Suplente: Iveta Jesus Contreiras Chaves Lança Madeira

5º. Suplente: Luís José Carvalho de Matos

Conselho Fiscal

Presidente: Luís Fernando Algarvio Madeira Coelho

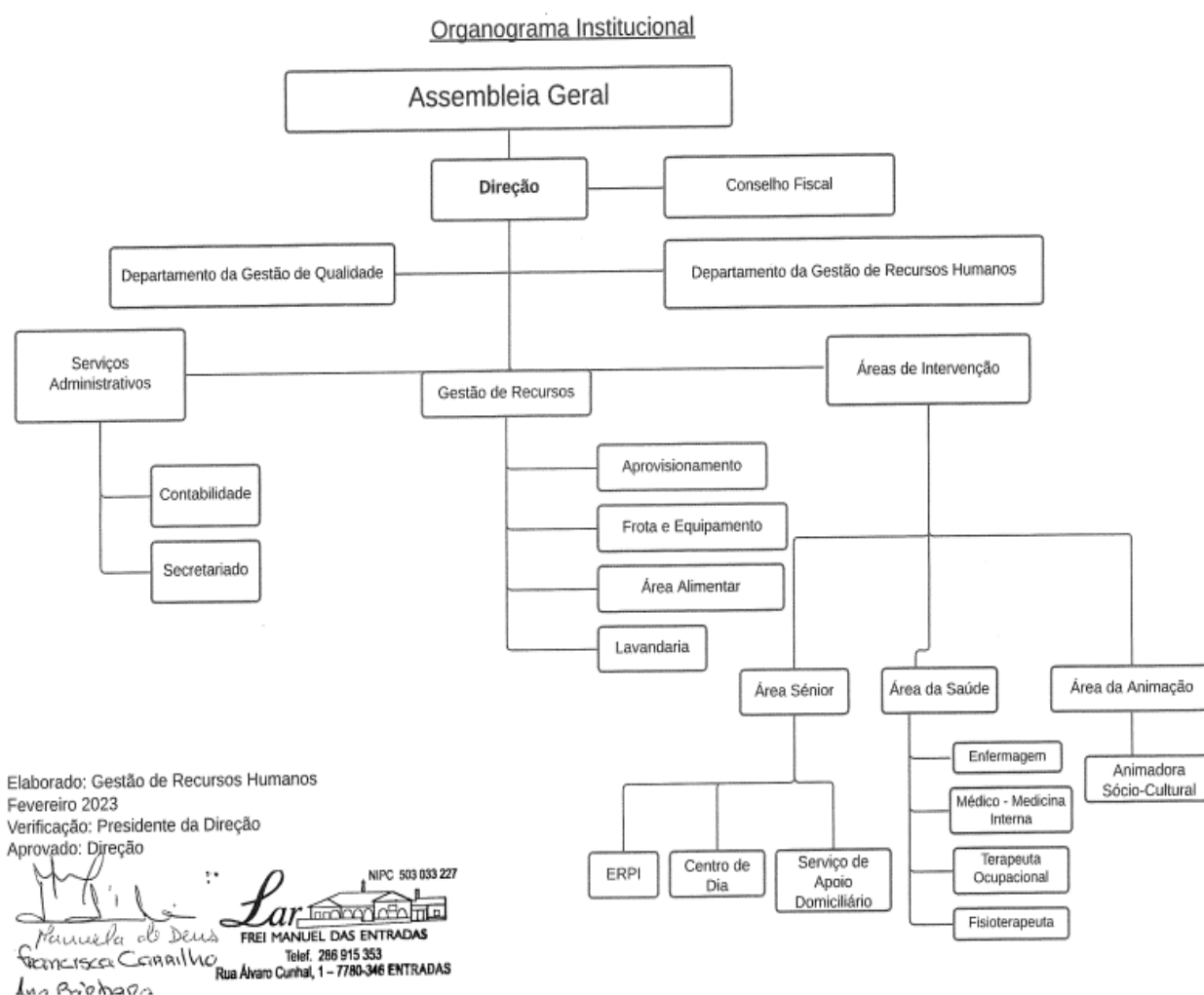
Vogal: Custódia Raposo Janeiro

Vogal: Luís José Costa Batista

- 1º. Suplente: Elisa Maria Mira Deodato
 2º. Suplente: Maria Manuela Graça Paulino Rosa
 3º. Suplente: Mélanie Vitoriano Fernandes

Estrutura Organizacional

A sua lógica organizacional é traduzida através do organograma:



Políticas da Qualidade

A política da qualidade do Lar Frei Manuel das Entradas traduz-se na realização plena da missão e assenta em 5 pilares:

- ✓ Competência: desenvolver as competências das trabalhadoras de modo a melhorar o seu envolvimento, motivação e participação;
- ✓ Sustentabilidade: garantir e promover com equilíbrio a sustentabilidade, através de uma maior responsabilização ambiental, económica e social;
- ✓ Satisfação das partes interessadas: prestar um serviço que corresponda às necessidades e expectativas e que promova relações mútuas de confiança e entreajuda;
- ✓ Requisitos legais e estatutários: cumprir com as exigências legais, estatutárias e regulamentares aplicáveis;
- ✓ Melhoria contínua: desenvolver a melhoria contínua na instituição, para aumentar a eficiência e eficácia do sistema de gestão.

Linhas Estratégicas

A intervenção do LFME continuará a pautar-se em 2025 pelo que está definido nos seus compromissos e que constará da sua Missão, Visão e Valores.

Os objetivos estratégicos serão vocacionados para a sustentabilidade financeira, para a consolidação e qualificação de respostas sociais, para a busca da excelência numa ótica de melhoria contínua e para o constante aperfeiçoamento pessoal e profissional dos seus trabalhadores, apostando na formação.

Área Financeira

O financiamento tem para a instituição, como para qualquer organização uma importância crucial. Uma parte do financiamento tem origem no Orçamento do Estado, através do acordo de cooperação, que continua a ser insuficiente. Por isso a captação de receitas no âmbito das atividades da área social são fundamentais para o equilíbrio financeiro da instituição. Isso exigirá também, o apoio essencial do técnico oficial de contas e da implementação de um sistema de controlo interno que melhore as funções orçamentais e contabilísticas.

Exige-se rigor, bom senso, ponderação e uma cultura de poupança e de redução de desperdício, procurando sempre melhores preços na aquisição de bens e serviços sem perda da qualidade exigível.

Este é um desafio que se coloca, sobretudo, ao sector da cozinha e áreas adjacentes.

Na busca dessa sustentabilidade financeira haverá também de racionalizar recursos, apelar à criatividade e honrar os compromissos com os fornecedores e com as trabalhadoras. É tempo de unir esforços, de realizar sacrifícios e de sermos todos parcimoniosos.

É o futuro que está em jogo e a imagem da instituição que está em causa.

O financiamento no âmbito do PRR terá em 2025 uma relevância substancial. O resultado da candidatura efetuada e ou das candidaturas a efetuar permite-nos olhar para o ano 2025, nesta área também, com expectativas de sucesso para, desta forma, dotarmos a instituição e os respetivos serviços, com uma parte expressiva dos meios para a concretização dos investimentos

Consolidação e qualificação de respostas sociais

O LFME vai continuar a privilegiar o serviço de apoio domiciliário e o centro de dia para que a institucionalização surja, apenas, como último recurso, mantendo as pessoas no seu meio natural e junto dos seus familiares, amigos e conhecidos.

Centro de Dia (CD)

É essencial um local que permite manter ou transmitir às pessoas idosas a faculdade de saber viver de maneira autónoma.

O Centro de Dia pretende ser um espaço vivo, dinâmico, aberto a novos desafios, capaz de proporcionar aos seus utilizadores e comunidade em geral um ambiente sadio e de bem estar.

Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

É necessário cada vez mais fomentar e criar condições para os idosos permanecerem no seu domicílio e na comunidade onde estão inseridos, privilegiando as relações familiares

e de vizinhança, recriando as condições de vida habituais, proporcionando-lhe uma habitação condigna.

O internamento deve ser a última das prioridades, devendo manter-se, tanto quanto possível, os idosos no seio da comunidade local que lhe é familiar.

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)

Pretende-se participar de forma mais ativa em atividades promovidas por outras entidades da comunidade, incentivando os clientes com maior autonomia a ter contacto com outras realidades, promovendo a estimulação das suas capacidades.

O Lar Frei Manuel das Entradas, em 2025, pretende manter o foco no desenvolvimento de um serviço de qualidade, centrado no bem-estar do cliente, respeitando a sua individualidade e as suas necessidades.

Recursos Humanos

A política de Gestão de Recursos Humanos tem de se nortear com base em princípios de igualdade, equidade e transparência, garantindo que a relação contratual entre trabalhador e empregador assente numa relação de confiança e respeito mútuo, fatores essenciais para uma gestão ágil, capacitada e focada em resultados.

A formação continuará a constituir um eixo de extrema importância para o desenvolvimento de competências e de aperfeiçoamento contínuo no que toca ao desempenho das trabalhadoras. O plano anual de formação será implementado como instrumento orientador das medidas formativas a serem desenvolvidas.

O grande desafio desta área tem sido a garantia de manter equipas estáveis e com competências adequadas face às novas exigências e desígnios que se colocam e se perspetiva que venham a ser colocados.

A dificuldade no recrutamento de novas trabalhadoras e algumas rescisões voluntárias, são fatores que têm reflexos tanto ao nível da sustentabilidade financeira como ao nível da desejada estabilidade das equipas em funções.

A reorganização dos recursos humanos tem de ser um processo dinâmico, cumprindo com as normas e disposições legais, valorizando assim os seus ativos e procurando que eles sejam integrados em novas funções.

A qualificação das trabalhadoras deve ter como meta a competência, o respeito, a dedicação.

Temos de fazer mais e melhor, cada vez com menos e com total disponibilidade, ultrapassando com um sorriso ou uma palavra amiga os inúmeros problemas que surgem no dia-a-dia.

Quadro do Pessoal efetivo e a contratar

Efetivos	Funções	A contratar- medida estágio emprego
1	Assistente Social	1 Animador(a) Socio Cultural
1	Assistente Social/Diretora Técnica	
1	Enfermeira	
1	Fisioterapeuta/Diretora Técnica	
1	Terapeuta Ocupacional	
1	Administrativa	
1	Encarregada de Serviços Gerais	
13	Ajudante de Ação Direta	
13	Auxiliar Serviços Gerais	
1	Lavadeira	
3	Cozinheiras	
2	Ajudante Cozinha	
1	Dispenseira	

Quadro do pessoal de avença

Categoria	Nº.
Nutricionista	1
Advogado	1
TOC	1
Médico	1

Formação profissional

A formação continuará a constituir um eixo de extrema importância para o desenvolvimento de competências e de aperfeiçoamento contínuo no que toca ao desempenho das trabalhadoras. O plano anual de formação será implementado como instrumento orientador das medidas formativas a serem desenvolvidas.

Manutenção e Transportes

Em relação às viaturas existentes será necessário tomar decisões sobre a continuidade de uma viatura ligeira existente na frota, verificando a possibilidade de financiamento ou de candidatura a fundo do quadro comunitário para substituição da mesma, sem grande impacto financeiro para a instituição.

Esta ação prende-se à necessidade de substituir a viatura com a matrícula IS.

Candidatura

Foi deliberado apresentar candidatura ao PRR-RE-C03-i01-11-000047;

Medida: Investimento RE-C03-I01 – Nova Geração de Equipamentos e Respostas Sociais;

Tipologia: requalificação e alargamento da rede de equipamentos e respostas sociais.

A mesma tem como objetivo melhorar as condições físicas da lavandaria, eliminando degraus existentes com a implementação de uma rampa, bem como proporcionar melhores condições de trabalho, a diversos níveis, às trabalhadoras do setor em causa, com especial incidência na redução do esforço físico e risco de acidentes de trabalho. Concomitantemente, registar-se-ão melhorias ao nível da qualidade do ar e da eliminação de potenciais focos de infeção. Pretende-se, igualmente, a aquisição de alguns equipamentos novos. Aguarda-se o deferimento/indeferimento da referida candidatura. O investimento previsto situa-se nos € 52.009,30 (cinquenta e dois mil, nove euros e trinta cêntimos).

HCCP, Higiene Segurança e Medicina do trabalho

No âmbito do sistema HCCP, temos como objetivo central continuar a reformular e implementar procedimentos e registos relativos ao sistema de higiene e segurança alimentar, dar formação aos manipuladores de alimentos e monitorizar o cumprimento das boas práticas pessoais e de higienização das instalações.

Quanto à higiene, segurança e medicina do trabalho, continuará a ser uma preocupação constante do LFME garantir a qualidade de vida e de trabalho, observando as suas condições através da aplicação de medidas de prevenção dos riscos profissionais e da organização dos serviços e segurança e saúde no trabalho em conformidade com a lei.

A realização regular de simulacros será, também, um objetivo a cumprir, envolvendo as trabalhadoras e clientes.

ATIVIDADES

Área de Enfermagem/ Terapia Ocupacional/Fisioterapia

Área de Enfermagem

Constituída, desde há muito, uma das nossas preocupações a deficiente cobertura na área dos cuidados de enfermagem aos nossos clientes. Apesar de sempre termos contado com este recurso, o objetivo de que a instituição dispusesse, no seu quadro pessoal, de um técnico de enfermagem a tempo inteiro, foi possível concretizar a partir do passado mês de outubro. Com esta admissão, não temos dúvidas, de que foi dado um significativo passo para a crescente qualidade na prestação de serviços que queremos facultar aos que de nós dependem.

Área Terapia Ocupacional

O presente Plano Anual de Atividades tem como principal objetivo implementar um conjunto de atividades terapêuticas direcionadas aos clientes da Instituição. Na área geriátrica o Terapeuta Ocupacional intervém na prevenção de patologias, na reabilitação de disfunções e na manutenção da saúde, de forma a preparar o idoso para fatores inerentes ao envelhecimento, promovendo a sua autonomia e autoeficácia em atividades significativas.

São desenvolvidas atividades com propósito (individualmente ou em grupo) com recurso a diversos materiais terapêuticos, adaptando as mesmas, de acordo com as necessidades dos clientes. Estas atividades tem o objetivo de estimular as competências cognitivas, aumentar a amplitude articular, aumentar a força muscular, cruzamento de linha média, a motricidade global e fina, o equilíbrio, prevenção de quedas, a destreza manual, a coordenação motora (entre outras competências), de forma a promover uma participação ocupacional ativa e autonomia dos clientes nas diversas atividades significativas, bem como uma maior qualidade de vida.

Desta forma, é importante salientar que o plano descrito poderá sofrer alterações ao longo

do ano de 2025, devido a condições externas (condições meteorológicas, parcerias, entre outras) e internas (surgimento de novas atividades). Caso assim aconteça, as alterações serão mencionadas nos Planos Mensais entregues mensalmente às Diretoras Técnicas da ERPI e do CD/SAD e/ou mencionado nos registos diários da Terapeuta Ocupacional.

Mês	Nome da Atividade	Objetivos Gerais	Descrição da Atividade	Destinatários	Recursos a Envolver	Local e Horário
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (Todos os dias)	Treino de Atividades de Vida Diária (AVD'S) – Vestir/Despir e Higiene Pessoal e Cuidados Pessoais.	Desenvolvimento de atividades ocupacionais que garantam a satisfação dos clientes e, em simultâneo permitam a preservação da capacidade de realização das atividades de vida diária, nomeadamente relacionadas com o autocuidado, higiene pessoal (lavar dentes), vestir/despir e calçar; Aumento da autoestima; Aumento do espírito de autoeficácia; Aumento da autonomia;	Atividades orientadas para cuidar do próprio corpo e realizadas por rotina. (Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)	Clientes da ERPI.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional Recursos Materiais: Escova de dentes; Pasta de Dentes; Roupas do cliente; Calçado do cliente; Escova de cabelo; Acessórios pessoais do cliente, entre outras. Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum produto de apoio ou produtos de autocuidado)	Quartos dos clientes referenciados para a realização das AVD's no período da manhã (8:30h)
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (Todos os dias)	Treino de Atividades de Vida Diária (AVD'S) - Treino de Alimentação	Desenvolvimento de atividades ocupacionais que promovam a satisfação dos clientes e, em simultâneo permitam a preservação da capacidade de se alimentarem autonomamente; Introdução de alterações dos fatores do ambiente para a maximização dos objetivos a	Preparar, organizar e levar comida ou líquido do recipiente para a boca (Incluí alimentar-se e alimentar outras pessoas). (Gomes, Teixeira, &	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional Recursos Materiais: Atividades de força muscular, motricidade fina e de preensão; Talheres/Talheres adaptados; Rebordo de Prato;	Refeitório da Instituição (12h30 -13h) e Ginásio da ERPI/ Salão do CD.

		serem alcançados com as atividades ocupacionais (por exemplo, utilização de produtos de apoio e o reforço motivacional e positivo)	Ribeiro, 2021)		Tapete antiderrapante, entre outras. Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum produto de apoio)	
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (Pelo menos 2 x por semana)	Treino de Atividades de Vida Diária (AVD'S) - Treino de Mobilidade Funcional	Desenvolvimento de atividades ocupacionais que garantam a satisfação dos clientes e, em simultâneo permitam a preservação das capacidades para a realização das atividades de vida diária, nomeadamente a mobilidade funcional (marcha); Prevenção de Quedas.	Mover-se de uma posição ou lugar para outro (durante a realização de atividades quotidianas). Inclui deambulação funcional e transporte de objetos. (Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional Recursos Materiais: Barras, andarilhos e Bengalas. Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum produto de apoio)	Dentro da Instituição ou no exterior.
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (3 x por semana)	Treino de Atividades de Vida Diária Instrumentais (AVDI's) – Gestão da Comunicação.	Desenvolvimento de atividades ocupacionais que garantam a satisfação dos clientes no aumento da sua autonomia e do seu espírito de autoeficácia, preservando as suas capacidades funcionais.	Atividade para apoio à vida diária em casa e na comunidade. Enviar, receber e interpretar informações utilizando sistemas e equipamentos, tais como ferramentas de escrita, telefones, computadores, entre outros. (Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional Recursos Materiais: Tablet, Sioslife, telemóvel, entre outras. Recursos Financeiros: ----	Nas Instalações da ERPI ou do CD.
De 1 de Janeiro de	Treino de Atividades de Vida Diária Instrumentais (AVDI's) –	Desenvolvimento de atividades ocupacionais que garantam a satisfação dos clientes no	Atividade para apoio à vida diária em casa e na comunidade.	Clientes da ERPI e do CD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional	Nas Instalações da ERPI ou do CD.

2025 a 31 de Dezembro de 2025 (3 x por semana)	Preparação de refeições e limpeza.	aumento da sua autonomia e do seu espírito de autoeficácia, preservando as suas capacidades funcionais.	Planear, preparar e servir refeições e limpar alimentos e ferramentas (p. ex., utensílios, tachos, pratos) após as refeições. (Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)		Recursos Materiais: Guardanapos, Mesas, Cadeiras, Pratos, Copos, Talheres, Roupa, entre outras. Recursos Financeiros: ----	
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (3 x por semana)	Gestão da Saúde - Mobilizações Ativas/Passivas e Ativas Resistidas; Massagens Terapêuticas; Posicionamentos.	Alívio de dor; Aumento da amplitude de movimento; Aumento da força muscular; Prevenção de úlceras de pressão; Sensação de bem-estar e conforto; Atividade que permite mobilizar todos os segmentos corporais, promovendo uma maior qualidade de vida e conforto.	Atividades relacionadas com desenvolvimento, gestão e manutenção de rotinas de saúde e bem-estar, incluindo autogestão, com o objetivo de melhorar ou manter a saúde para suportar a participação noutras ocupações. (Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional; Recursos Materiais: Rolos, Pesos, Bolas, creme, almofadas. Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum produto de apoio)	Quartos dos clientes, no Ginásio da ERPI e no Salão do CD.
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (2 x por semana)	Gestão da Saúde - Sessões de Movimento;	Atividades que promovem maior mobilidade corporal, como também permite a prevenção de quedas nos clientes. Promover o fortalecimento muscular, resistência, amplitude de movimento, coordenação bilateral, cruzamento da linha média, dissociação de cinturas, motricidade global e fina, destreza manual e coordenação oculo-motora; Aumento da	Atividades relacionadas com desenvolvimento, gestão e manutenção de rotinas de saúde e bem-estar, incluindo autogestão, com o objetivo de melhorar ou manter a saúde para suportar a participação noutras ocupações.	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional Recursos Materiais: Música, Rolos, Bolas, Balões, Garrafas, Copos, entre outros. Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum material terapêutico)	No Ginásio da ERPI/Sala de atividades da ERPI e no Salão do CD.

		autonomia; Desenvolver a exploração de recursos materiais; Aumento da atenção a concentração; Aumento do espírito de interajuda; Diminuição do Isolamento; Diminuição de estados de tensão e ansiedade; Promover a capacidade de autorregulação emocional; Melhorar a sensação de bem-estar, motivação, autoconfiança e autoestima.	(Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)			
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (3 x por semana)	Gestão da Saúde - Sessões de Relaxamento/Atividades Sensoriais	Atividades que envolvem sensações de relaxamento, conforto e bem-estar. Esta técnica, promove o conforto através do uso de estímulos controlados, oferecendo uma vasta quantidade de estímulos sensoriais, podendo ser usados individualmente ou combinados com a estimulação auditiva (música), a estimulação visual (cores – luz), estimulação tátil (texturas diferentes) e a estimulação olfativa (aromas).	Atividades relacionadas com desenvolvimento, gestão e manutenção de rotinas de saúde e bem-estar, incluindo autogestão, com o objetivo de melhorar ou manter a saúde para suportar a participação noutras ocupações. (Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional Recursos Materiais: Música, Luzes, Atividades com diversas texturas, Tapete Sensorial, entre outros. Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum produto de apoio)	No Salão da ERPI/Ginásio da ERPI/Sala de Atividades da ERPI e no Salão do CD.
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (Pelo menos 3 x por semana)	Estimulação Cognitiva	Estimulação de competências inerentes às funções cognitivas, nomeadamente a memória a curto, médio e longo prazo; sequenciação; Identificação; Cálculo; Associação; Orientação pessoal, temporal e espacial; Pensamento; Raciocínio lógico (entre outras);	Atividades terapêuticas destinadas a manter ou a melhorar o funcionamento cognitivo da Pessoa, para a melhoria da sua qualidade de vida. (Alzheimer	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional; Recursos Materiais: Música, Bingo, Papel, caneta, Sopa de letras, palavras cruzadas, sioslife, borracha, lápis, atividades terapêuticas, computador, entre outros.	No Ginásio da ERPI/Sala de Atividades da ERPI/ SIOSLIFE e no Salão do CD.

		Compreensão de ordens simples e complexas; Promover a atenção e concentração numa atividade; Desenvolvimento do aumento da tolerância à frustração e da capacidade de autorregulação emocional; Promover a autoconfiança e autoestima; Promover as capacidades comunicativas e as relações interpessoais.	Portugal, 2023)		Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir material terapêutico)	
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (Pelo menos 3 x por semana)	Lazer - Atividades Sociais/Dinâmicas de Grupo	Promoção de sensações de satisfação e bem-estar; Desenvolver a cooperação e a capacidade de interajuda; Desenvolvimento do aumento da tolerância à frustração e da capacidade de autorregulação emocional; Diminuir estados de tensão e ansiedade; Promover a criatividade, imaginação, autoestima, autoconfiança e autoconceito; Desenvolver a capacidade de resolução de problemas; Compreensão de ordens simples e complexas; Promover a comunicação e as relações interpessoais; Nestas atividades, poderão ser trabalhados gostos e interesses pessoais de cada cliente (jogar às cartas, dominó, damas, mikado, xadrez, bingo, jogos tradicionais, entre outros)	Atividades grupais que permitem trabalhar diversas competências do utente, tais como, as capacidades cognitivas, participação social, criação de laços de amizade, interesses, entre outras.	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional; Recursos Materiais: Mikado, Bóccia, Bingo, Cartas, Bóccia Sénior, entre outras. Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum material)	No Salão da ERPI/Ginásio da ERPI/Sala de Atividades da ERPI e no Salão do CD.

De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025	Ajudas Técnicas e Produtos de Apoio	Facilitar/melhorar o desempenho ocupacional e participação do cliente nas ocupações do seu dia-a-dia; Promover qualidade de vida e sensações de conforto e bem-estar.	Realizar uma avaliação do perfil dos clientes com as mais variadíssimas situações clínicas, através do levantamento de capacidades de desenvolvimento nas atividades de vida diária, de forma a selecionar a ajuda técnica ou produto de apoio mais adequado ao utente	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional; Recursos Materiais: Talheres adaptados; Copos de suporte de água; Suporte para garrafa de água; Tapete antiderrapante; Rolos Terapêuticos; Almofadas anti-escaras; Colchão anti-escaras; Cadeiras de Rodas; Andarilhos; Recursos Financeiros: (A definir – caso seja necessário adquirir algum produto de apoio)	No Salão da ERPI/Ginásio da ERPI/Sala de Atividades da ERPI e no Salão do CD.
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025	Terapia da Reminiscência	Promover a capacidade de escuta ativa; Desenvolver a memória a longo prazo; Promover a capacidade de autorregulação emocional; Promover a autoconfiança e autoestima; Promover a comunicação e as relações interpessoais; Estas sessões podem ser realizadas em grupo (datas comemorativas, acontecimentos do passado, etc) ou individualmente (experiências e vivências do cliente)	Atividades de experiências e eventos do passado com recurso a estímulos (fotografias, músicas, etc.) que promovam a recordação. (Henriques, Sáez, & Apóstolo, 2020)	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional Recursos Materiais: ----- Recursos Financeiros: -----	No Salão da ERPI/Ginásio da ERPI/Sala de Atividades da ERPI e no Salão do CD.

De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025 (1 x por mês)	Atividades de Culinária	Promover o espírito de interajuda; Aumento da autoeficácia; Aumento da autoestima; Promover a motricidade e destreza manual; Exploração dos diversos sentidos (tato; olfativo; paladar); Sensação de bem-estar; Diminuição do estado de ansiedade; Recordações de memórias; Promover a comunicação entre pares.	Atividade de familiarização com diversos alimentos e envolvimento na exploração dos sentidos.	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional; Recursos Materiais: (A Definir no Plano Mensal) Recursos Financeiros: (A definir no Plano Mensal)	No Refeitório da ERPI.
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025	Participação Social na comunidade - Caminhada no exterior; Passeio de Trishaws; Atividades organizadas fora do contexto da ERPI/CD;	Promoção de sensações de satisfação e bem-estar; Diminuir estados de tensão e ansiedade; Promoção do respeito pelos interesses pessoais de cada cliente; Promover a capacidade de autorregulação emocional; Melhorar a sensação de bem-estar, autoconfiança e autoestima; Desenvolver a capacidade de fazer escolhas e tomar decisões; Promover a comunicação e relações interpessoais.	Atividades que envolvem interação social com outras pessoas, incluindo família, amigos, pares e membros da comunidade, e que apoiam a interdependência social. (Gomes, Teixeira, & Ribeiro, 2021)	Clientes da ERPI e do CD/SAD.	Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional; Animadora Sociocultural; Fisioterapeuta; 1 Colaboradora; Recursos Materiais: Andarilhos, Cadeiras de Rodas, Bengalas, Carrinha da Instituição, Trishaws, entre outras. Recursos Financeiros: -----	(A Definir no Plano Mensal)
De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025	Comemoração de Dias Festivos/Temáticos: - 13 de Janeiro (Dia da Realização de Sonhos); - 23 de Janeiro (Dia da escrita à mão); - 29 de Janeiro (Dia Mundial do Puzzle); - 30 de Janeiro (Dia da Saudade);	Promoção de sensações de satisfação e bem-estar; Diminuir estados de tensão e ansiedade; Promoção do respeito pelos interesses pessoais de cada cliente; Promover a capacidade de autorregulação emocional; Melhorar a sensação de bem-estar, autoconfiança e autoestima;	-----		Recursos Humanos: Terapeuta Ocupacional; Animadora Sociocultural; Fisioterapeuta; 1 Colaboradora. Recursos Materiais: (A definir no Plano Mensal) Recursos Financeiros: (A definir no Plano Mensal)	

De 1 de Janeiro de 2025 a 31 de Dezembro de 2025	- 31 de Janeiro (Dia ao Contrário); - Março (Carnaval); 8 de Março (Dia da Mulher); 31 de Março (Dia Nacional do Doente com AVC); - 6 de Abril (Dia Mundial da atividade física); 11 de Abril (Dia Mundial da Doença de Parkinson); - Abril (Páscoa); - 25 de Abril (Dia da Liberdade); - 29 de Abril (Dia Mundial da Dança); - 31 de Abril (Dia Nacional do Doente com AVC); - 13 de Maio (Dia da Nossa Senhora de Fátima); - 15 de Maio (Dia Internacional da Família); - 17 de Maio (Dia Mundial da Pastelaria); - 10 de Junho (Dia de Portugal); - Junho (Comemoração dos Santos Populares); - 22 de Julho (Dia Mundial do Cérebro); - 19 de Agosto (Dia Mundial da Fotografia); - 21 de Setembro (Dia Mundial da Doença de Alzheimer); - 1 de Outubro (Dia Internacional do Idoso); - 10 de Outubro (Dia Mundial da Saúde Mental); - 16 de Outubro (Dia Mundial da Alimentação e do Pão);	Desenvolver a capacidade de fazer escolhas e tomar decisões; Estimulação cognitiva; Promover a comunicação e relações interpessoais; Recordar memórias e tradições.		Clientes da ERPI, CD e SAD.		A Definir no Plano Mensal que será entregue às Diretoras Técnicas de cada valência.
--	--	---	--	-----------------------------	--	---

- 28 de Outubro (Dia Mundial da 3ª idade); - 29 de Outubro (Dia Mundial do AVC); - 11 de Novembro (Dia de São Martinho); - Dezembro (Comemorações de Natal)						
--	--	--	--	--	--	--

Referências Bibliográficas:

Alzheimer Portugal. (2023). Obtido de <https://alzheimerportugal.org/alzheimer-portugal/>

Gomes, M. D., Teixeira, L., & Ribeiro, J. (2021). *Enquadramento da Prática da Terapia Ocupacional Dominio & Processo 4ª edição*. Escola Superior de Saúde, Politécnico de Leiria.

Henriques, S., Sáez, H., & Apóstolo, J. (2020). Protocolo de intervenção individual baseado na terapia da reminiscência em idosos com perturbação neurocognitiva. *Revista de Enfermagem Referência*, 1-10.

Área Fisioterapia

A Fisioterapia Geriátrica visa promover a **manutenção, prevenção e reabilitação** de problemas físicos e funcionais que afetam a população idosa, consequência das principais alterações biológicas ocorridas pelo processo de envelhecimento, tais como a diminuição da massa muscular e da densidade óssea, a diminuição da força muscular, da agilidade, da coordenação motora, do equilíbrio, da mobilidade articular e da propriocepção.

O Fisioterapeuta atua de forma integradora, no sentido de promoção da saúde e manutenção da independência, com foco na qualidade de vida. Sendo a sua atuação direcionada para a manutenção da mobilidade e flexibilidade, a prevenção de quedas e o alívio de dor.

É importante uma avaliação física abrangente e individual antes de iniciar a fisioterapia, pois muitos idosos sofrem de múltiplas lesões e doenças. O protocolo-padrão para avaliação física inclui, medição de amplitudes, força, reflexos musculares, sensibilidade, equilíbrio, coordenação motora e postura. Essa avaliação é útil para o fisioterapeuta, planejar e priorizar o tratamento, além de identificar quando as metas foram atingidas e reconhecer quando há necessidade de mudanças de abordagem.

O fisioterapeuta utiliza recursos elétricos, térmicos, manuais e mecânicos para melhorar a mobilidade, força, flexibilidade, coordenação, resistência e reduzir a dor. Tendo um papel importante nas orientações aos idosos, familiares e membros da equipa sobre as diversas condições dos idosos. Ensina a realizar as atividades de autocuidado e fornece conselhos sobre maneiras seguras de se exercitar. Os exercícios realizados em grupo trazem benefícios adicionais como socialização, pois criam um ambiente acolhedor onde o idoso partilha sentimentos e experiências com outros clientes que passam dificuldades semelhantes.

É importante considerar o papel que o fisioterapeuta desempenha num lar para idosos, pois à medida que as pessoas envelhecem, o movimento fica mais difícil e é fundamental que um profissional especializado esteja disponível para atuar na promoção de saúde e restauração de funções.

A presença de um fisioterapeuta no lar irá criar vantagens, quer para o idoso, quer para a própria instituição, tais como:

- Cuidados de fisioterapia, com o mesmo terapeuta, sem necessidade de deslocações e perda de tempo em listas de espera;
- Acompanhamento constante com possibilidade de detecção e tratamento precoce de situações de risco, como dor, imobilidade, quedas e outros problemas associados ao envelhecimento;
- Reabilitação de incapacidades ou alterações do estado de saúde, resultante de lesão ou doença.
- O fisioterapeuta poderá atuar também nos problemas laborais dos trabalhadores da instituição, o que contribui para a manutenção da qualidade e queda do absentismo laboral;
- O serviço de fisioterapia contribui para o prestígio e vantagem competitiva sobre outras instituições que não disponibilizam esta atividade. Pode ser um fator preferencial que ajude na escolha dos idosos e familiares.

Plano de Fisioterapia/ ERPI/ CD

Tema	Objetivos	Atividades	Destinatários	Recursos	Intervenientes
Fisioterapia	Prevenir quedas dos idosos	• Manter / melhorar mobilidade geral dos idosos; • Treino de equilíbrio, força e marcha; • Alongamentos; • Identificar barreiras arquitetónicas e outros fatores de risco e tentar minimiza-los/ eliminá-los.	Clientes da ERPI e Centro de Dia	- Auxiliares de marcha tais como o andarilho, tripé, canadianas cadeira de rodas. - Cadeiras; - Barras Paralelas;	Fisioterapeuta
	Promoção da mobilidade dos idosos/ Minimizar a permanência prolongada na cama.	• Promover o exercício individual e em grupo (Classes de movimento); • Treino de AVD's; • Supervisionar a marcha e as transferências; • Treino de equilíbrio; • Treino de coordenação e mobilidade; • Mobilizações.	Clientes da ERPI e Centro de Dia	- Auxiliares de marcha tais como o andarilho, tripé, canadianas cadeira de rodas. - Barras Paralelas; - Espalдар; - Pedaleira; - Roldanas; - Pesos - Marquesa	Fisioterapeuta
	Promoção da autonomia dos idosos	• Implementar procedimentos facilitadores da recuperação de capacidades funcionais e/ou cognitivas que conduzam a maior autonomia possível; • Fortalecimento muscular; • Compensar, modificar ou adaptar atividades e/ou	Clientes da ERPI e	- Pedaleira; - Espalдар; - Andarilhos; - Cadeira de rodas; - Barras paralelas; - Bolas; - Massa/ plasticina terapêutica; - Pesos;	Fisioterapeuta

		ambientes, com o objetivo de melhorar o desempenho e facilitar a participação nas situações da vida diária.	Centro de Dia	- Bastões.	
	Alívio das queixas algícas através de electroestimulação, termoterapia e massagem.	- Favorecer o alívio da dor em processos crónicos ou agudos; - Promover a estimulação muscular e vasodilatação; - Promover a diminuição de edemas e a cicatrização de lesões em tecidos moles.	Clientes da ERPI e Centro de Dia	- TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation); - Sacos de gel para aquecer no micro-ondas; - Cremes diversos;	Fisioterapeuta
Expressão física e desenvolvimento Psicossocial	-Desenvolver as capacidades físicas; - Transformar o tempo em tempo de lazer; - Favorecer o desenvolvimento psicomotor; - Aquisição de novas experiencias; - Combater o sedentarismo; - Melhorar a qualidade de vida de cada cliente.	- Ginástica Sénior; - Caminhadas; - Sessões de movimento; - Dinâmicas de grupo; - Motricidade Fina e grossa; - Bóccia Sénior; - Jogos diversos.	Clientes da ERPI e Centro de Dia	- Balões; - Bolas de Bóccia; - Arcos e cones; - Bolas diversas; - Bastões; - Puzzles;	Fisioterapeuta/ Terapeuta Ocupacional

Calendarização	Tema	Objetivo	Atividade	Destinatários	Intervenientes
Mensalmente (quarta-feira de manhã)	Bóccia sénior	-Transformar o tempo em tempo de lazer; -Favorecer o desenvolvimento psicomotor.	Jogo de Bóccia/ Torneio	Clientes da ERPI e CD	Fisioterapeuta/ Terapeuta Ocupacional
Semanal (quinta-feira de manhã)	Ginástica Sénior	-Estimular a expressão corporal e as funções psicomotoras; -Desenvolver as capacidades físicas;	Sessões de Movimento/ Ginástica sénior	Clientes da ERPI	Fisioterapeuta
Mensalmente (quarta-feira de manhã)	Dinâmicas de grupo	-Estimular a expressão corporal e as funções psicomotoras; -Desenvolver as capacidades físicas; -Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo; -Potenciar o espírito de interajuda e promover as relações sociais.	Jogos diversos / Ginástica sénior; Sessões de movimento.	Clientes da ERPI e Centro de Dia	Fisioterapeuta/ Terapeuta Ocupacional
Semanal (Sexta-feira no período da manhã)	Ginástica Sénior/ Sessões de Movimento	-Implementar procedimentos facilitadores da recuperação de capacidades funcionais e/ou cognitivas que conduzam á maior autonomia possível.	Fisioterapia, Ginástica sénior; Sessões de movimento; Jogos diversos.	Clientes do Centro de Dia	Fisioterapeuta
Mensalmente	Passeios de Trishaws	-Transformar o tempo em tempo de lazer; -Valorizar os espaços públicos e as origens de cada um.	Passeios de Trishaws pela vila de Entradas e Castro Verde	Clientes da ERPI e Centro de Dia	Fisioterapeuta, e Terapeuta Ocupacional.
Atividades Pontuais	Atividades Culturais	- Promover o contacto com exterior; - Promover o convívio; Incrementar a participação ativa dos clientes.	Ida ao Teatro, exposições, Museus e passeios/ convívios com as diversas instituições do concelho.	Clientes da ERPI e Centro de Dia	Fisioterapeuta, Terapeuta Ocupacional e auxiliares.

Mês	Temática	Objetivo	Atividade	Intervenientes
Março	Dia Internacional da mulher (Dia 8 de Março)	Valorizar o papel da Mulher na sociedade; Proporcionar às nossas clientes um dia dedicado á sua beleza.	Dinâmica sobre as profissões das mulheres antes e agora; Penteados/ Maquilhagem/ Massagens.	Fisioterapeuta, Terapeuta Ocupacional e Animadora Sociocultural
Abril	Dia Mundial da Atividade Física (Dia 6 de Abril)	Promover o exercício físico; Estimular a expressão corporal	Atividades focadas na atividade física.	Fisioterapeuta, Animadora Sociocultural e Terapeuta Ocupacional
	Dia Mundial da Doença de Parkinson (Dia 11 de Abril)	Sensibilizar para a doença	Plano de atividades focado na reabilitação do doente com Parkinson	Fisioterapeuta e Terapeuta Ocupacional
	Dia Mundial da Dança (Dia 26 de Abril)	Estimular a expressão corporal	Dança Sénior/ Zumba adaptado	Fisioterapeuta, Animadora Sociocultural e Terapeuta Ocupacional
Setembro	Dia Mundial do Alzheimer (21 de Setembro)	Sensibilizar para a Doença	Estimulação Cognitiva	Fisioterapeuta e Terapeuta Ocupacional
	Dia Mundial do Coração (29 de Setembro)	Sensibilizar para os cuidados a ter com o coração	Realização de uma atividade desportiva/ Caminhada	Fisioterapeuta, Animadora Sociocultural e Terapeuta Ocupacional

Outubro	Dia Mundial do AVC (29 de Outubro)	Sensibilizar a população para as vantagens de adotar hábitos e estilos de vida saudáveis, diminuindo assim o risco de AVC	Caminhada	Fisioterapeuta, Animadora Sociocultural e Terapeuta Ocupacional
	Feira de Castro (3º fim de semana de Outubro)	Promover o contacto com o exterior; Proporcionar o reviver/ recordar das tradições culturais desta feira.	Ida á tradicional feira de Castro no Sábado de manhã	Técnicas, Auxiliares
	Dia Mundial do Idoso (dia 28 de Outubro)	Promover a participação ativa dos clientes; Proporcionar um dia de lazer e convívio;	Atividade/ Convívio	Animadora sociocultural, Fisioterapeuta, Terapeuta ocupacional, auxiliares.
Durante o ano	Comemoração de diversas datas festivas	Proporcionar um dia de lazer e convívio; Promover a participação ativa dos clientes;	Pascoa; Carnaval; Natal; 25 de Abril Santos Populares.	Fisioterapeuta, Animadora Sociocultural, Terapeuta Ocupacional, auxiliares, diretora técnica, administrativa, assistente social.

Rua Álvaro Cunhal, 1
7780-346 Entradas

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL- MEMÓRIA JUSTIFICATIVA**EXERCÍCIO DE 2025**

CÓDIGO DA CONTA	CUSTOS E PERDAS	VALORES EUROS	CÓDIGO DA CONTA	PROVEITOS E GANHOS	VALORES EUROS
61	CUSTOS M. V. e M. CONSUM.	149 514,92	72	VENDE+ PRESTAÇÕES SERVIÇOS	628 217,98
61611	Géneros alimentares	149 514,92	72141	Mensalidades Lar	444 294,70
62	FORNEC. E SERV. EXTERN.	152 528,60	72142	Centro Dia	8 074,07
6221	Trabalhos especializados	35 408,84	72143	Apoio Domiciliário	153 206,12
6224	Honorários	15 938,67			
62261	Pequenas Reparações Sede	401,11	7221	Quotas	3 000,00
62264	Reparação de Veículos	7 524,93	7222	Jóias	20,00
62263	Reparação de Máquinas	4 551,40	71111	Fraldas	19 623,09
6227	Serviços Bancários	173,33			
6231	Ferramentas e utensílios	2 189,52	75	SUBSÍDIOS/DOAÇÕES	392 602,65
6233	Material de Escritório	997,81	7510	Lar - 41 utentes	233 282,01
6241	Eletricidade	17 313,85	7511	Centros de Dia - 5 utentes	4 196,08
6242	Combustíveis	8 987,48	7512	Apoio Domiciliário - 43 utentes	139 524,56
6243	Água	5 540,21	7513	Autarquias - Junta Freguesia - EDP	15 600,00
6248	Gás	14 863,20			
6261	Aluguer de equipamentos	3 128,72			
6262	Comunicação	1 788,65			
6263	Seguros	4 578,60			
6265	Contencioso e Notariado				
62671	Material de Limpeza	12 967,72	78	OUTROS REND. E GANHOS	47 676,79
62672	Material de Higiene e Conforto	16 150,68	78881	Donativos	41 586,39
6268	Outros Serviços	23,87	78163	Festas e Subscrições	3 500,00
63	CUSTOS C/PESSOAL	720 529,35	7885	Restituições de impostos	2 590,40
63201	Vencimentos	447 962,36	79	JUROS	15,80
63202	Subsídio de Férias	37 330,20	7911	De Depósitos	15,80
63203	Subsídio de Natal	37 330,20			
63207	Subsídio de Turno	22 558,79			
63205	Abono de Falhas	420,00			
63213	Subsídio de Refeição	47 014,93			
6352	TSU - Tx22%	121 575,48			
6362	Seguros Acid. Trabalho	4 414,59			
6378	HST	1 922,80			
64	AMORTIZAÇÕES	44 760,03			
64221	Edifícios (2%)	26 474,06			
642331	Equip. Aloj. Utentes (16,66%)	13 353,56			
642332	Equip. Médico - Hospit. (16,66%)				
64241	Veículos Ligeiros (20%)	4 186,18			
64261	Mobiliário Administ. (16,66%)				
64262	Maq. Escritório (20%)				
64264	Equip. Informático (20%)				
64265	Equip. Diverso (16,66%)	746,23			
64269	Outros Equip. (33,33%)				
68	OUTROS GASTOS	1 180,32			
	TOTAL	1 068 513,22		TOTAL	1 068 513,22