

*S. Paulo
6/12
Acid...
1/7*



Relatório do
Plano de
Atividades
e
Relatório
Contabilístico
2021

Pessoa coletiva n° 510 147 283

csrespinhoso@gmail.com

Tlf. 273 010 121

Rua do Tropo s/n 5335 - 033 Espinhoso

S
Fiducia
AT
17

Índice

Introdução	3
1. Enquadramento	4
Um olhar sobre o CSRE	4
Missão, Valores e Visão do CSRE	8
Estrutura Organizacional	9
2021 em resumo	11
2. Animação Sociocultural	13
Planeamento de Atividades Socioculturais no CSRE	14
Atividades de ASC no CSRE	15
3. Fisioterapia	22
.....	22
4. Enfermagem	23
5. Relatório Contabilístico	25

S
Adouss
C. Mendes
/7

Introdução

O envelhecimento é um processo gradual, dinâmico e multidimensional que nos acompanha desde que nascemos e culmina na morte com a qual termina o ciclo de vida (Carvalho, 2013, p. 3).

O processo de envelhecimento acontece a três níveis, o envelhecimento Biológico que se relaciona com o processo de envelhecimento natural das células (senescência), o envelhecimento Social relacionado com os papéis sociais que esta faixa etária assume na sociedade, e o envelhecimento Psicológico (Paúl, C., 2005) "definido pela autorregulação do indivíduo no campo de forças, pelo tomar decisões e opções, adaptando-se ao processo de senescência e envelhecimento" (Schroots e Birren, 1980 cit. In Paúl, 2005), remetendo para as disposições comportamentais dos indivíduos.

"A velhice é assumida como algo inevitável, mas abordada com referência ao ciclo de vida, como um processo que integra fatores pessoais, económicos, comportamentais, culturais, sociais e de género, os quais determinam o modo como se envelhece" (Carvalho, 2013, p.3).

O modelo do Envelhecimento ativo assenta nessa mesma premissa, de que o processo de envelhecimento é a conjugação de alterações em várias dimensões da vida, pelo que deve ser percecionado de forma integrada (Carvalho, 2013, p.10). "O envelhecimento ativo defende tanto a autodeterminação dos indivíduos- autonomia, participação, dignidade humana- como a responsabilidade social e justiça social- instituições justas, qualidade de vida, vida digna, segurança e bem-estar" (Carvalho, 2013, p. 10).

Contudo o envelhecimento ainda acarreta um pesado teor negativo, associado ao declínio das capacidades físicas, psicológicas e sociais, envelhecer é muitas vezes percecionado como "deixar de ter valor social" (Carvalho, 2013, p. 18).

Esta perceção negativa da velhice associa-se ainda á reforma, desocupação, perda de valor no mercado de trabalho e a preocupações decorrentes da necessidade de equilíbrio do sistema financeiro (Carvalho, 2013, p. 17, 18).

O envelhecimento

“ estigmatizou-se e transformou-se num efetivo problema social, suportado por dois pilares: o da desproteção, relacionada com a falência da família no apoio social efetivo do Estado na organização das respostas sociais ao idoso, contratualizando serviços a entidades civis ou religiosas; e o da exclusão social, por vezes conduzida pelo próprio idoso por dificuldades em perspetivar o futuro e em gerir a alteração do seu quotidiano, a perde de afetos e de padrão de vida”(Carvalho, 2013, p. 19).

É necessário desconstruir esta imagem e reconhecer as forças e potencialidades dos idosos, partindo de uma análise mais positiva do envelhecimento.

As instituições de apoio á 3ª idade têm um papel fundamental neste processo de desconstrução e estereótipos associados ao envelhecimento e á velhice.

1. Enquadramento

O Relatório de Atividades e o Relatório Contabilístico são instrumentos avaliativos que permitem uma retrospeção das atividades realizadas ao longo do ano, quer em termos qualitativos como quantitativos. Por sua vez, o Relatório Contabilístico permite ter uma análise pormenorizada sobre a situação atual da instituição, como detetar problemas atuais e prevenir ou desenvolver soluções futuras, face à situação financeira da referida instituição.

No decorrer do relatório serão apresentadas as atividades realizadas pelos utentes nas várias áreas, como Fisioterapia, Animação Sociocultural e Enfermagem.

O centro Social e Recreativo de Espinhoso é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que presta serviços de apoio á terceira idade, dispõe de três respostas sociais: Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio o Domicílio.

Um olhar sobre o CSRE

É de extrema importância avaliar e estudar as características do grupo com o qual intervimos de forma a adaptar e melhorar a intervenção.

S
F. Sousa
Cuidador

Cuidador
1/7

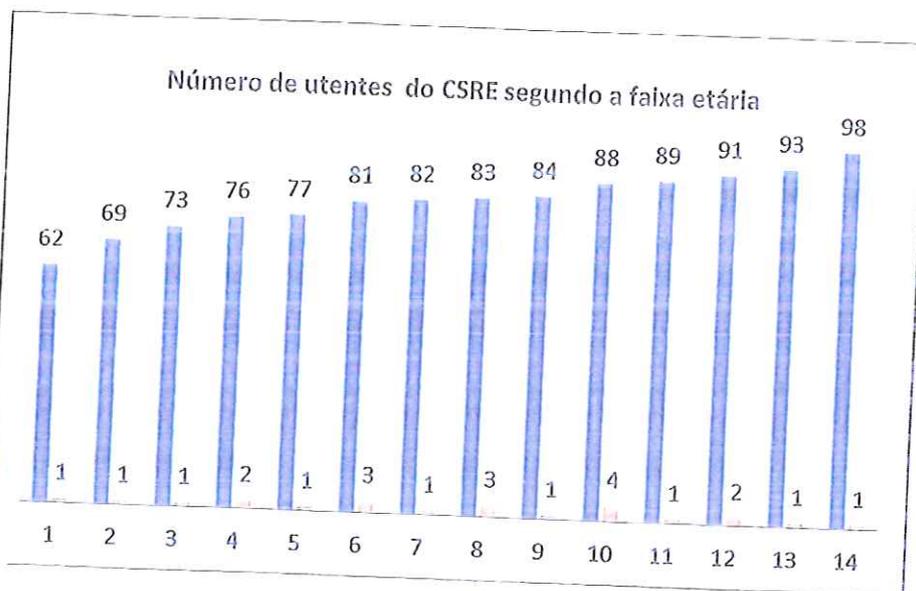


Gráfico nº1

Quanto às idades verifica-se que não existe uma predominância de uma faixa etária específica. As idades dos utentes variam entre os 62 e 98 anos. Sendo que maior preeminência fixasse nos 81 e 83 e com três utentes, e quatro com 88 anos.

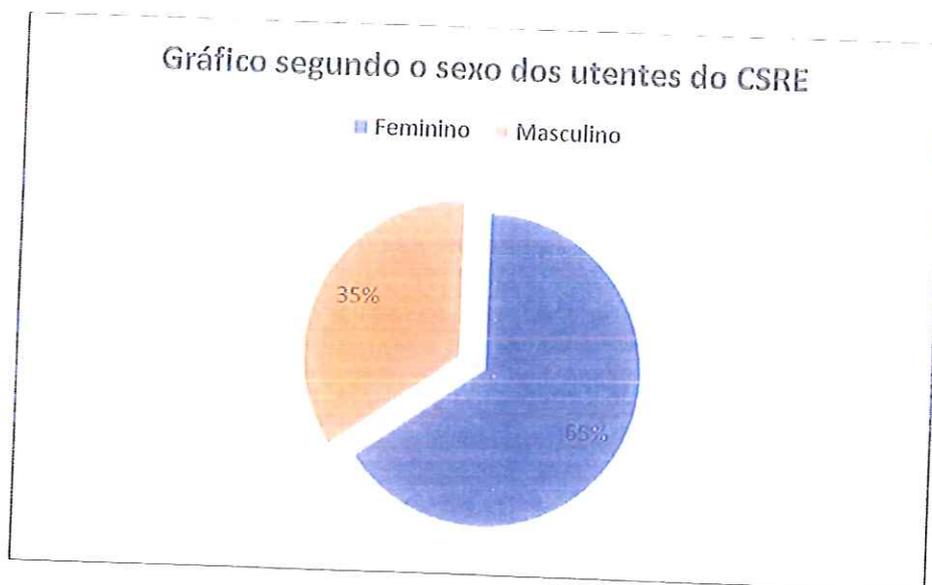


Gráfico nº2

Conforme o gráfico nº 2, refere-se ao sexo (masculino e feminino), podemos apurar que predomina o sexo feminino no CSRE com 65 % contra 35% apenas com género masculino.

Centro Social e Recreativo de Espinhoso

S
F. Soares
CAF
M

De momento apenas se encontram em funcionamento a ERPI e o Centro de Dia, uma vez que não dispomos de uma viatura para a SAD.

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas constitui uma resposta social caracterizada pelo alojamento coletivo de carácter temporário ou permanente, onde se presta apoio social, atividades de animação sociocultural, cuidados de higiene, saúde e fisioterapia. Tem uma capacidade definida de 20 utentes, de momento, ocupadas na totalidade.

O Centro de Dia trata-se de uma resposta social que se destina a acolher, no período diurno, utentes que se encontram inseridos no seu meio sociofamiliar e comunitário, e que se encontram em risco de acelerar ou degradar o seu processo de envelhecimento.

S
Tijóus
Cok
Gildehr
/17

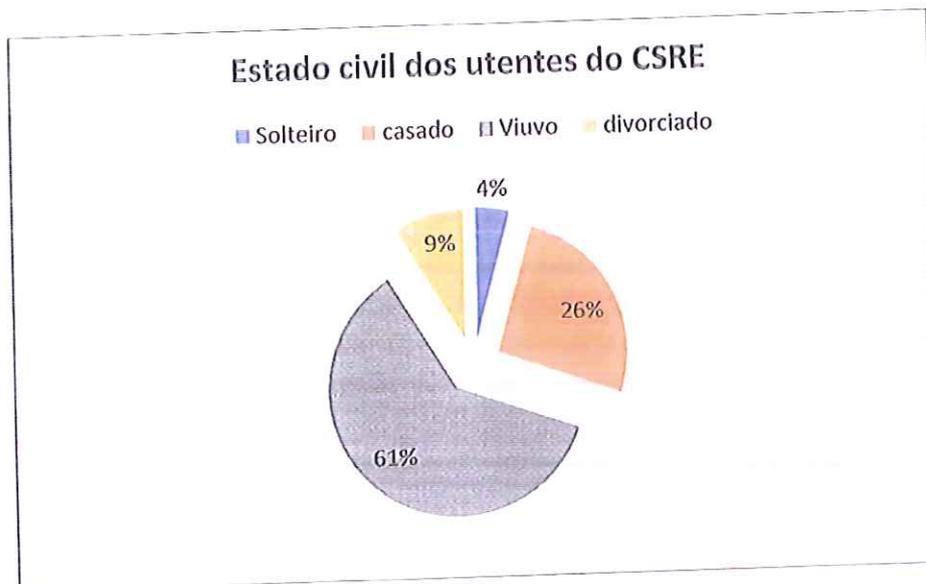


Gráfico nº3

Quanto ao estado civil dos utentes do CSRE, segundo o gráfico nº 3 podemos verificar que maior incidência recai nos 61% em que retrata a viuvez, 26% casados, 4% são solteiros e apenas 9 % divorciados.

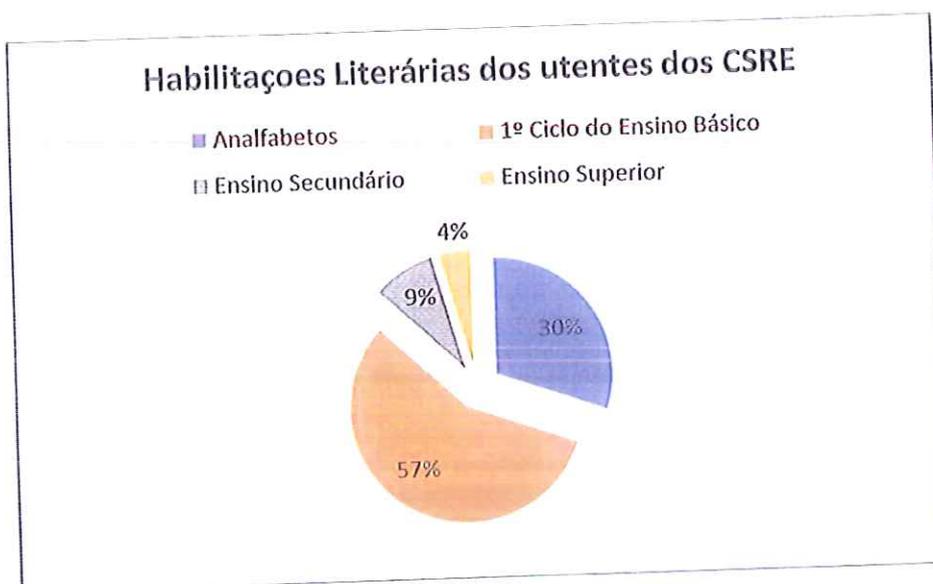


Gráfico nº 4

Porém o gráfico nº4 trata das habilitações literárias dos utentes do CSRE podendo constatar que 57% possui o ensino básico, 30% não possuem qualquer tipo de habilitações, e 9% detêm o ensino secundário, e apenas 4% possui o ensino superior.

S
 F. Aires
 G.M.
 M

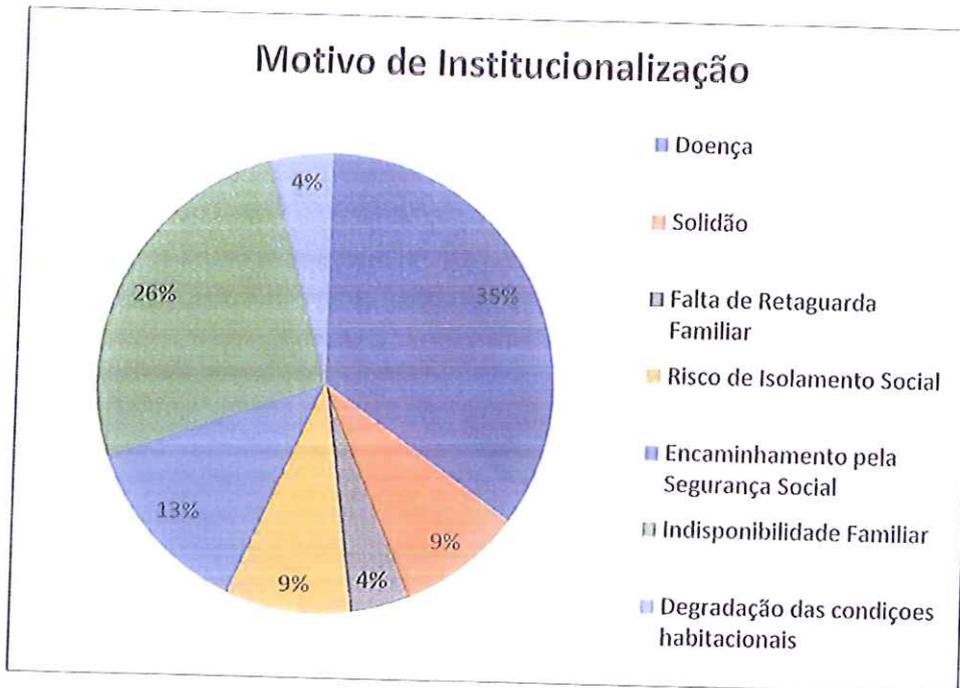


Gráfico nº 5

Conforme se apresenta o gráfico nº 5 vários são os motivos de institucionalização, sendo que maior parte com 35% são justificados por doença, e com 26% se prende pela indisponibilidade por parte dos familiares, e 13% encaminhamento da Segurança Social, e ambos com 9% justificasse com o risco de isolamento social e solidão, todavia 4% ambos os motivos predem-se de depreciação das condições habitacionais e falta de retaguarda familiar.

Missão, Valores e Visão do CSRE

As atividades desenvolvidas ao longo do ano refletem a missão, visão e valores da nossa instituição:

<p>O Centro Social e Recreativo de Espinhoso desenvolve a sua intervenção na área direcionada à terceira idade, através de serviços</p>	<p>Solidariedade, Respeito e Proximidade</p>	<p>Ser uma Instituição com relevo no setor social, procurando intervir junto da população sénior, garantindo e satisfazendo todas as suas</p>
---	--	---

e respostas sociais adequadas às suas necessidades.	necessidades básicas para um envelhecimento com qualidade e ativo.
---	--

S
Dous
GA
Cuidar
Hou.
M

As atividades desenvolvidas nas duas respostas sociais (ERPI e CD) pretendem fomentar a autonomia dos utentes, estimulando um envelhecimento ativo e a manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas, através da participação ativa e integração social promovendo o seu bem-estar.

Incentivamos a preservação da identidade individual de cada utente, respeitando as suas particularidades, gostos e privacidade, assim como a manutenção e fortalecimento dos laços familiares e comunitários.

Assumimos uma atitude de responsabilidade social e uma procura continua de melhoria dos serviços prestados, pautamo-nos pelas boas praticas institucionais, pela humanização dos nossos serviços e pelo incentivo á formação profissional dos nossos trabalhadores. Procuramos gerir os nossos recursos de forma sustentável e equilibrada para que supram as necessidades diárias do CSRE.

Estrutura Organizacional

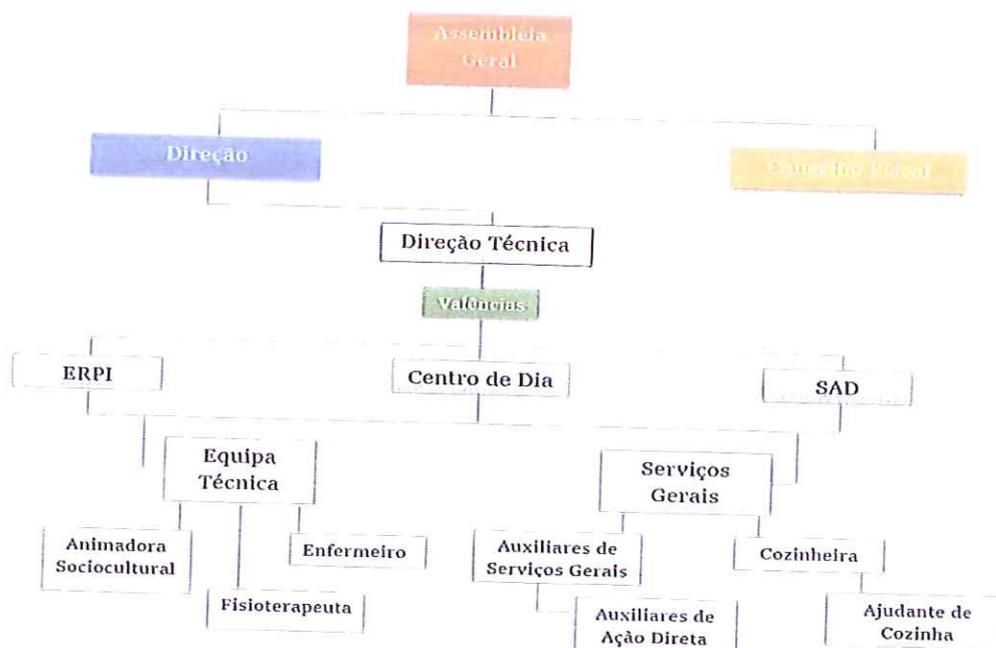
O Centro Social e Recreativo de Espinhoso é uma entidade sem fins lucrativos, inserida no Terceiro Setor, daí que a tónica da intervenção assente na prestação de serviços em termos qualitativos, na mudança social e no bem-estar daqueles a quem se presta o serviço, e não nos lucros que daí advém.

Este tipo de organizações têm tido um papel fundamental para o bem-estar social, criação de respostas a necessidade social emergente, para a defesa dos direitos dos indivíduos, inclusão social e mudança de políticas sociais, ganhou ainda mais importância com o surgimento da Pandemia de Covid-19 que tem afetado toda a

Joys
GA
17

população mundial e colocado a descobertos problemas estruturais que afetam significativamente a população mais idosa.

O CSRE, em termos organizativos, obedece a uma estrutura organizativa hierarquizada, espelhada no Organograma representada na img.2.



Img.2- Organograma do CSRE

Quanto aos recursos humanos dispomos de uma equipa multidisciplinar, composta por um Técnico de Fisioterapia, um Enfermeiro e uma Animadora Sociocultural, sendo que estes três técnicos se encontram a trabalhar a meio tempo. Uma Diretora Técnica, onze Auxiliares de Ação Direta, uma Auxiliar de Serviços Gerais, uma cozinheira e uma ajudante de cozinha.

Os órgãos sociais estão eleitos para o quadriénio 2019/2023.

2021 em resumo

No ano de 2021 houve uma continuidade das circunstâncias pandémicas de 2020, foi um ano cheio de avanços e recuos, momentos de maior abertura e momentos de maior isolamento consoante o avançar da Pandemia, o avançar do conhecimento sobre a doença e do desenvolvimento das vacinas.

A evolução da Pandemia teve o continuo acompanhamento da Direção Geral da Saúde, Segurança Social e outras entidades, que trabalharam incessantemente no apoio e suporte das instituições de Apoio á Terceira Idade através de Orientações, Normas e Informações, acompanhamento técnico e monitorização tal como da Plataforma Integrada de Monitorização da COVID-19 da Segurança Social.

Foram ainda prolongados os apoios estatais tais como o Programa Adaptar Social + que tinha por objetivo apoiar os custos inerentes á proteção dos trabalhadores e Utentes, Isenção de IVA na aquisição de bens necessários ao combate ao COVID-19 e prolongação do programa MAREESS, que visou o apoio à realização de trabalho socialmente necessário, para assegurar a capacidade de resposta das instituições públicas e do setor solidário com atividade na área social e da saúde, durante a pandemia da doença COVID-19. O CSRE usufrui do MAREESS.

Este apoio permitiu colmatar lacunas na equipa multidisciplinar do CSRE, relacionadas com os desafios que a pandemia de COVID-19 que alterou de forma drástica as rotinas e a organização do trabalho e da prestação de cuidados. Foi necessário adaptar os horários e escalas das equipas de forma a minimizar as probabilidades de disseminação de infeção entre trabalhadores.

Todos estes procedimentos requerem um enorme esforço humano, é visível o cansaço e desgaste da equipa, após dois anos de pandemia.

A Resposta Social Centro de Dia pôde reabrir a 30 de Abril, nessa data a Segurança Social emitiu um guião orientador para a reabertura dos Centro de Dia tendo como condição a separação total desta Resposta Social com as restantes, não podendo haver qualquer sem cruzamento entre utentes e colaboradores das outras respostas sociais.

Esta norma exigiu a existência de funcionários afetos restritamente a cada resposta o que diminui a possibilidade de rotatividade entre o pessoal e a consequente diminuição

S
Fidous
Gul
Amilda
Hani
/m

Handwritten signature and initials in blue ink.

dos recursos humanos disponíveis, uma vez que anteriormente, sendo os espaços partilhados, refeições e outras atividades feitas em conjunto permitia haver menos funcionários de turno pois era possível prestar cuidados aos utentes das duas respostas em simultâneo.

A 17 de Abril de 2021 a Direção Geral da Saúde atualizou a Orientação 009/2020 que orienta sobre os procedimentos para Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI) e UCCI, essa orientação vem permitir uma maior abertura das instituições a visitas e saídas ao exterior. O Centro Social e Recreativo de Espinhoso passou a partir de Maio a permitir as visitas de familiares e amigos dos utentes dentro das instituição em lugar próprio e mediante as normas estipuladas.

No entanto tudo isto envolveu a necessidade um grande controlo por parte da equipa de forma a fazer cumprir as normas que emanam do regulamento de visitas, controlar tempos de visita, garantir a correta desinfeção entre cada visita, e gerir o agendamento e registo das visitas.

Existiu uma necessidade acrescida de limpeza e desinfeção dos espaços de forma a prevenir e conter possíveis surtos de COVID-19 cumprindo com as normas estipuladas pela Direção Geral da Saúde. Verificou-se ainda um aumento exponencial da dependência entre os utentes, decorrente de situações de isolamento profilático, limitação das atividades em grupo e afastamento físico dos familiares e amigos, o que requer um maior acompanhamento por parte do pessoal auxiliar e técnico.

Como é sabido a vacinação completa apenas evita a doença aguda, sendo que não existe garantia de que pessoas com o plano de vacinação completo não possam contrair o Vírus COVID-19.

No CSRE todos os utentes e funcionários encontram-se vacinados com as três doses, á exceção daqueles que as datas se encontravam infetados. Contudo após a vacinação foi reforçado o controlo e vigilância de sinais vitais e sintomatologia, uma vez que as pessoas vacinadas quando infetadas podem apresentar sintomas ligeiros e é necessário haver uma vigilância ainda mais efetiva.

2. Animação Sociocultural

A animação sociocultural numa IPSS e a importância do ASC

O Animador tem como uma das funções transformar o utente, ou o grupo em protagonistas do seu próprio desenvolvimento. Sendo que é importante nos processos de animação é conseguir obter participação criando espaços para a comunicação, tendo como objetivos a estimulação a delinear processos desenvolvimento social.

Cuidado
Oliver
/m

Todavia é necessário existir uma adaptação específica a cada faixa etária, neste caso, os idosos e uma adaptação não só a eles como a tudo que envolve uma planificação das atividades, e este ano não foi exceção, tudo foi reinventado.

A autora confirma que "existe uma animação específica para pessoas idosas, no sentido e, que existe um cuidado a ter, no sentido de adaptar as atividades que se pretendem desenvolver, mais concretamente no que respeita, à duração, aos locais, à velocidade entre outros aspetos." (p.45)

Quanto a importância deste técnico, denota-se que tem vindo a ser valorizado, e encarado como umas das prioridades sobretudo em ERPI, tal como obriga o Instituto da Segurança Social, a existência um animador sociocultural neste tipo de infraestruturas como outros profissionais das mais variadas áreas.

Como a autora Belém (2015) define o Animador sociocultural como um profissional com uma função primordial realizar tarefas/atividades de animação direcionadas para público-alvo com esta a trabalhar, bem como para o local onde se encontra inserido. Neste contexto, o animador tem de ter a capacidade de planificar, realizar, avaliar as atividades a que se propõe desenvolver, tendo sempre em conta as necessidades, desejos e ambições do público a quem se destina a animação.(p.44).

Cabe ainda a este profissional evitar os preconceitos ou outro tipo estereótipos criado pelo grupo. É também da responsabilidade do animador conseguir criar movimento, vida, satisfação e o maior número de participação nas atividades que desenvolve junto do público-alvo. Para além de este deve ser capaz de apresentar propostas e sugestões que considere relevantes para o seu público-alvo. Para além que que considere que o trabalho do animador é meramente dedicado a animação,

Handwritten signature and initials:
F. J. Sousa
CR
/17

engana-se, pois, este tem um trabalho complexo, levando-o a exercer as mais variadas funções.

A mesma autora evidencia várias qualidades do Animador Sociocultural para que seja um profissional competente, tais como:

- Observador – observar com clareza o grupo, ou individuo com quem trabalha;
- Dinâmico e entusiasta- deve ter sentido de humor, ter capacidade de criar um ambiente harmonioso entre os membros do grupo, ou para o individuo em particular;
- Atento e disponível - atento as necessidades, dificuldades e expetativas, aos comportamentos.
- Justo- não favorecer ninguém, tentar ao máximo ser imparcial;
- Interessado- tem de estar centrado no grupo, mas também na pessoa individual;
- Responsável- conseguir que o grupo ou o individuo consiga alcançar de forma perspicaz e audaz os objetivos. (p.45)

Planeamento de Atividades Socioculturais no CSRE

As atividades de animação sociocultural implementadas no CSRE, têm por princípio base os gostos e interesses do utente, bem como, as tradições e cultura caracterizadas pela nossa terra, de forma a ir ao encontro de uma maior participação e integração com os restantes residentes. No entanto, é deveras importante ter o cuidado de na fase de planeamento considerar importantes alguns recursos como materiais e humanos. Apesar de no orçamento anual constar todos os gastos adjacentes com as atividades a desenvolver.

As Atividades realizadas pretendem ocupar os tempos livres dos idosos, com o objetivo de promover a sua valorização seja individual ou de forma coletiva, através de inúmeras e variadas atividades proposta, potenciando o bem estar físico e psicológico de forma a proporcionar-lhes um envelhecimento integrado e qualidade de vida.

Atividades	Meses												Total de Participantes
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	
Lúdico- recreativas	6	5	13	13	10	9	8	0	6	0	0	0	6
Intelectuais/ Formativa	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Culturais	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sociais	20	20	0	21	0	0	21	0	0	21	21	21	12
Espirituais/ Religiosas	0	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	1
Quotidianas	8	6	8	8	11	9	8	8	0	0	0	0	5
Desportivas	0	0	14	0	15	14	11	15	0	0	0	0	5

Na tabela apresentada constam os registos de participação dos utentes por mês e por atividade.

Atividades de ASC no CSRE

Relativamente as atividades desenvolvidas no CSRE, e devido ao COVID-19 as primeiras atividades a serem suspensas foram as atividades quotidianas, intelectuais formativas, lúdico recreativas, pois a partilha de objetos, podiam potenciar a rápida transmissão do vírus caso existisse algum caso positivo. Para salvaguarda de todos os utentes deixaram de estar todos no mesmo espaço ao mesmo tempo, sendo repartidos pelos mais variados espaços da instituição.

Assim sendo, foi necessário reajustar as atividades e reinventarmo-nos e acompanhar os tempos que se avizinharam muito difíceis. Pois muitas das vezes as atividades foram deixando de ser prioritárias para passarmos a cuidar de quem realmente estava a precisar, outras vezes, foi necessário ajustar-nos a outras funções de forma a apoiar a restante equipa.

Segundo a autora Belém (2015), alude que “durante anos, a população idosa foi objeto de exclusão social não se valorizando as suas vivencias, as suas experiências e todos os conhecimentos ao longo da vida. Deste modo e com vista a mudar hábitos, mentalidades e comportamentos, surge de forma cada vez mais visível o papel do Animador sociocultural, que através de estratégias consegue tirar partido das experiencias, ensinamentos, bem como proporcionar um envelhecimento ativo e digno.”(p. 51)

O diálogo foi uma das estratégias utilizada para perceber aquilo que os afligia, preocupava, sendo que nesta altura teve um peso importante, pois era a forma que se conseguia para aclamar o desespero daqueles que estavam longe dos seus familiares, vendo-se impossibilitados de ir as suas casas e longe de imaginar o que realmente se passava à sua volta, era importante explicar-lhes todas as mudanças que iam acontecendo e alertando para que colaborassem para o bem de todos. Também foi importante passar-lhes a informação que se achou necessária, quanto a situação vivida na instituição como aquela que ia decorrendo cá fora, através do diálogo em grupo foi-lhes dada alguma informação. De forma a desmistificar medos e receios, e elucidando outros para possíveis situações.

O cumprimento dos isolamentos, e o distanciamento dos acamados também foi um entrave a realização de atividades, bem como, a participação destes. Perdendo-se pelo facto de se evitar o contacto ou coloca-los em risco, e proteger os restantes utentes. Sendo limitado apenas à Diretora Técnica, Enfermeiro, Fisioterapeuta e auxiliar responsável de turno a entrada nos respetivos quartos.

Portanto, em conjunto com a Diretora Técnica decidiu-se optarmos por atividades mais interativas, de forma os familiares poderem acompanhar pelas redes sociais, como o “facebook” da instituição e a realização de “vídeo chamadas” (anexo 2) com os familiares. Esta foi uma outra estratégia adotada como outra forma de atividade, tendo como objetivo reforçar os laços familiares e colmatar a distância, minimizando assim a saudade.

S
Diógenes
Ch
C. Hons
M

Posteriormente foi adquirido um computador com auriculares e disponibilizada uma plataforma, Skype, que permite conversas de voz e vídeo, que se encontra na sala de atividades, disponível a todos aqueles que desejam ver os seus familiares e amigos.

As atividades que apostamos em desenvolver, foram as sociais, de forma a cumprir pelo menos as datas festivas e aniversários, mas com todos os cuidados que eram necessários e obrigatórios e impostos pela DGS. Pois foram os únicos momentos que os utentes tiveram para se abstrair de tudo aquilo que se vivia, apesar de todos unirmos os esforços e evitarmos grandes preocupações vindas do exterior, e mesmo situações naturais de uma instituição.

Contudo a autora Belém (2015), reforça que

“ com o avançar da idade, muitas são as capacidades que se vão perdendo e deteriorando, deste, modo, através de inúmeros exercícios tais como : a marcha, equilíbrio, destreza e coordenação, mobilidade, flexibilidade e exercícios aquáticos (natação e hidroginástica), ginástica, bicicleta entre muitos outros, consegue-se por vezes atenuar a deterioração das capacidades físicas” .(p.53)

Houve um reforço das atividades Desportivas passaram a ser na sala de convivo e hall de entrada com o distanciamento devido, como o jogo do booling, balões, momentos de controlo de respiração e ginástica sénior com arcos, e terapias de relaxamento.

Como as caminhadas fora da instituição estavam impossibilitadas, sempre que era possível, os utentes sentavam-se no exterior do CSRE ou na varanda.

A música sempre fez parte das poucas atividades que fomos realizando, mas era o que mais lhes despertava emoção.

Quanto as atividades Espirituais e Religiosas, a Fé, a Esperança e a crença em Deus, foi a salvação nos tempos mais difíceis, todos (mais autónomos e conscientes) os utentes se continuaram a reunir no momento da recitação do terço e nas eucaristia transmitidas pela TV.

Nas tabelas seguintes são descritas as atividades Planeadas e Realizadas, Planeadas e não Realizadas e atividades Realizadas mas não Planeadas.

S
João
Car

C. Flor
/ 17

Centro Social e Recreativo de Espinhoso

S
Dous
62
/m

Handwritten signature and initials:
 S
 F. Sousa
 C
 C. Silva
 P.
 1/27

Atividades Socioculturais Realizadas e não previstas (ERPI/CD)		
Data	Atividade	Objetivo da Atividade
04 de janeiro	"O Coreto" – Rogério Charráz "OBRIGADO!"	Agardecer ao Autor/Compositor da música "Quando nos formos velhinhos"
07 de janeiro	"Cantar dos Reis"	Participar nos cantares de Reis promovidos pela Autarquia
27 de janeiro	"Viagem a Itália"	Proporcionar aos utentes "viajar" de forma virtual, conhecendo novos lugares, gastronomia, cultura, museus preservando uma mente ativa.
3 de fevereiro	"Viagem a Espanha"	Proporcionar aos utentes "viajar" de forma virtual, conhecendo novos lugares, gastronomia, cultura, museus preservando uma mente ativa.
1 de março	"viagem a França"	Proporcionar aos utentes "viajar" de forma virtual, conhecendo novos lugares, gastronomia, cultura, museus preservando uma mente ativa.
17 de maio	"Viagem ao Brasil"	Proporcionar aos utentes "viajar" de forma virtual, conhecendo novos lugares, gastronomia, cultura, museus preservando uma mente ativa.
21 de maio	"Olha o Manjerico"	Trabalhar em equipa e a motricidade fina.
27 de maio	"Viagem a América"	Proporcionar aos utentes "viajar" de forma virtual, conhecendo novos lugares, gastronomia, cultura, museus preservando uma mente ativa.
7 de julho	"Viagem ao México"	Proporcionar aos utentes "viajar" de forma virtual, conhecendo novos lugares, gastronomia, cultura, museus preservando uma mente ativa.
18 de julho	"Concerto : Orquestra Nacional Moderna"	
30 de julho	"Encontro Intregeneracional com as crianças do jardim de Infância"	promover encontros de saberes, promover valores de partilha e solidariedade, consciencializar para a importância do envelhecimento ativo e desenvolver competências na área do saber ser.
9 de dezembro	"Mercadinho de natal"	Promover os trabalhos dos utentes
13 de dezembro	"Construção da Chaminé"	Elaboração e participação no concurso promovido pela autarquia.
24 de dezembro	"Visita dos Pais Natal"	Entrega de presentes com a presença do Pai Natal.

Atividades Socioculturais Previstas e Realizadas (ERPI/CD)

Data	Atividade	Objetivo da Atividade
4 de janeiro	"Os nossos desejos para 2021"	Promover o autoconceito e realização pessoal
12 de fevereiro	" Carnaval"	Decorar a instituição. Elaborar o seu fato de Carnaval acompanhado de baile.
8 de março	"Dia Internacional da Mulher"	-Promover a autoestima e reforçar a importância da Mulher
19 de março	"Dia do PAI"	Valorização do papel de pai e sua importancia na familia.
22 de março	"Coelho da Páscoa"	Proporcionar momentos de grupo.
29 de março	"Pascoa"	- Recordar tradições da confeção do folar e colocar em prática esses ensinamentos
5 de abril	" Dia Mundial da Atividade física"	Incutir a importância dos exercícios físicos
20 de abril	"Aniversário do CSRE"	Promover o convívio entre todos
05 de maio	" Dia da Mãe"	Promover a aproximação com os filhos. Valorizar o papel de Mãe na familia.
13 de maio	" Dia de Nossa Senhora de Fátima"	Proporcionar aos utentes um momento espiritual e religioso.
18 de junho	" Santos Populares"	Elaborar adereços relacionados com o tema e almoço convívio seguido de baile.
20 de agosto	" Dia Mundial da fotografia"	- Desenvolver as competencias: autoestima; autoconceito; autoconfiança.
14 de setembro	"As vindimas - A uva"	Relembrar habitos e costumes, vivências e experiências
12 de novembro	"Doce de abobora"	Confeccionar e reviver costumes e tradições.
14 de novembro	"Dia de São Martinho"	Realização de um lanche convívio após "amordiscar " da castanha e confeção de um bolo.
1 a 16 de dezembro	"Natal para todos!"	Desenvolver e estimular cognitivamente o utente.

[Handwritten signature and initials]

S
João
Quich
João
M

Atividades Socioculturais Não Realizadas (ERPI/CD)		
Data	Atividade	Objetivo da Atividade
18 de janeiro	Dia Internacional do Sorriso	Proporcionar um momento de riso e descontração.
28 de janeiro	"Construção do Puzzle"	Promover a estimulação cognitiva
24 de fevereiro	"Confeção dos Pastéis de Nata"	- Proporcionar um momento de descontração e cooperação.
7 de abril	"Dia Mundial da Saúde"	- Consciencializar os utentes sobre a importância de uma alimentação equilibrada.
5 maio	"Dia Mundial da Higienização das mãos"	Consciencializar os utentes/colaboradores sobre a importância da higienização das mãos.
24 de maio	"Visita ao Centro Interpretativo do Porco Bísaro e ao Parque Verde de Artes e Ofícios".	Dar a conhecer a história da raça autóctone e ao espaço destinado.
15 de junho	"Dia Mundial da Sensibilização contra maus tratos a idosos"	Consciencializar o utente das formas existentes de violência e seus direitos.
7 de julho	"Dia do Chocolate"	Proporcionar um momento de descontração e cooperação.
26 de agosto	"Dia dos avós"	Desenvolver laços afetivos
6 de setembro	"Romaria à Nossa Senhora da Saúde"	Proporcionar aos utentes um momento de lazer e distração.
25 de setembro	"Dia Mundial do Sonho"	Proporcionar um momento de reflexão.
29 de setembro	"Dia Mundial do Coração"	Incentivar a prática de desporto.
1 de outubro	"Dia Internacional do Idoso" "Dia Internacional da Música"	Promover um momento descontraído e de convívio entre todos.
8 de novembro	"Dia Mundial do Cinema"	Proporcionar diversas sensações emocionais.
26 de dezembro	Feira de Santo Estevão	Divulgar o serviços prestados pela instituição. Angariar fundos.

Handwritten signature and initials in blue ink.

3. Fisioterapia

A presença do Técnico de Diagnóstico e Terapêutica – área de Fisioterapia tem como objetivo, prevenir, promover a saúde e, re/habilitar disfunções no corpo, tratá-las fazendo uso de exercícios ativos/ passivos/ assistidos para manutenção e promoção de bem-estar bio-psico-social, utilizando agentes físicos, bem como mecanoterapia na sua intervenção.

Faz-se uso das várias áreas de intervenção, adaptados em função das particularidades e especificidades de cada utente tendo em conta a sua situação clínica. O Tipo de tratamento consta do Plano Individual traçado para cada um. Em função das necessidades as atividades/exercícios são efetuados de forma individual, podendo também ocorrer sessões em grupo.

❖ Atividades e respetivos Objetivos:

Hidroterapia <ul style="list-style-type: none">• Tratar, re/habilitar indivíduos com disfunções, incluindo a dor.	Massoterapia <ul style="list-style-type: none">• Tratamento utilizado para aliviar a dor, relaxar, estimular e tonificar.	Cinesioterapia <ul style="list-style-type: none">• Manutenção do movimento livre, melhora, reatuação, resistência à fadiga, coordenação motora.
Eletroterapia <ul style="list-style-type: none">• Provoca efeitos térmicos, a produção de contração muscular e estimulação, é capaz de induzir analgesia e reparação de tecidos.	Termoterapia <ul style="list-style-type: none">• Método de tratamento que estimula a termorregulação corporal, promovendo relaxamento e alívio de dor.	

Tabela 3- Atividades de Fisioterapia

Centro Social e Recreativo de Espinhoso

Criação de parcerias e constante contacto com a Autoridade de Saúde Local, Centro de Saúde e DGS. Bem como agendamento dos testes (PCR e Antigénio), e gestão da vacinação.

S
Adous
G
Gilda H.
/



A inclusão da valência da Fisioterapia nas dinâmicas do CSRE promove o retardar do envelhecimento dos utentes, permitindo assim mantê-los mais ativos e independentes nas suas AVD's, melhorando o seu bem-estar e preservar a sua autoestima. É com o foco no idoso que, esta equipe multidisciplinar dirige o seu trabalho.

4. Enfermagem

As atividades desenvolvidas pelo serviço de enfermagem são adaptadas e adequadas em função das necessidades dos utentes tem como foco a promoção do seu bem-estar assegurando o acesso a cuidados e serviços de saúde para um envelhecimento digno e com qualidade.

Os tratamentos e materiais imprescindíveis ao exercício desta função preveem o ajuste as patologias e disfunções dos utentes.

Em tempos tão controversos com os quais nos debatemos com a propagação do vírus , Sars-CoV-2 foi fundamental a atuação da enfermagem, sendo um serviço de primeira instancia na prevenção, deteção, tratamento e controlo de infeção, estando na primeira linha no combate á Epidemia e Pandemia que ameaçou todo mundo.

A enfermagem no CSRE teve um papel fundamental na formação dos trabalhadores para a adoção e promoção de boas praticas dos cuidados como a higienização das mãos, desinfecção das superfícies e contacto com possíveis casos de infeção, foi necessário instruir e treinar os cuidadores sobre o uso dos EPI'S uma vez que envolve procedimentos específicos, alteração de sensibilidade e proximidade no que toca á interação com o utente.

Foi necessário um enorme e constante esforço de reajuste, na flexibilidade capacidade de adaptação, houve a necessidade de pensar circuitos de passagem, sinalização e adaptação dos quartos as necessidades inerentes ao isolamento profilático.

Houve a continuação da medição de temperatura corporal duas vezes ao dia a todos os utentes e funcionários, monitorização de sinais vitais e sintomas sugestivos de COVID-19.

S
T. Soares
C

Quilidi
/67

5. Relatório Contabilístico

CENTRO SOCIAL E RECREATIVO DE ESPINHOSO
BALANÇO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2021

Contribuinte: 510147283

Moeda: (Valores em Euros)

Handwritten signature and initials

RÚBRICAS	NOTAS	DATAS	
		31 DEZ 2021	31 DEZ 2020
ACTIVO			
Activo não corrente			
Ativos fixos tangíveis		715.306,69	773.642,20
Bens do património histórico e artístico e cultural		0,00	0,00
Ativos intangíveis		0,00	0,00
Investimentos financeiros		4.248,25	2.969,19
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros		0,00	0,00
Outros Créditos e ativos não correntes		0,00	0,00
		719.554,94	776.611,39
Activo corrente			
Inventários		330,96	570,22
Créditos a receber		9.399,72	3.582,59
Estado e outros entes públicos		0,00	0,00
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros		0,00	0,00
Diferimentos		1.098,65	1.111,75
Outros ativos correntes		69.164,49	77.553,97
Caixa e depósitos bancários		15.964,57	14.399,81
		95.958,39	97.218,34
Total do ativo		815.513,33	873.829,73
FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO			
Fundos patrimoniais			
Fundos		180,00	150,00
Excedentes técnicos		0,00	0,00
Reservas		0,00	0,00
Resultados transitados		76.920,14	55.145,37
Excedentes de revalorização		0,00	0,00
Ajustamentos / Outras variações nos fundos patrimoniais		532.594,11	542.124,95
		609.694,25	597.420,32
Resultado líquido do período		31.555,13	21.774,77
Total dos fundos patrimoniais		641.249,38	619.195,09
Passivo			
Passivo não corrente			
Provisões		0,00	0,00
Provisões específicas		0,00	0,00
Financiamentos obtidos		95.807,99	117.475,40
Outras dívidas a pagar		0,00	0,00
		95.807,99	117.475,40
Passivo corrente			
Fornecedores		8.610,42	7.178,61
Estado e outros entes públicos		4.266,46	4.376,64
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros		0,00	0,00
Financiamentos obtidos		0,00	0,00
Diferimentos		0,00	0,00
Outros passivos correntes		65.579,08	125.603,99
		78.455,96	137.159,24
Total do passivo		174.263,95	254.634,64
Total dos fundos patrimoniais e do passivo		815.513,33	873.829,73

A Direcção

O responsável

Handwritten signature: Faustino José de Sousa

CENTRO SOCIAL E RECREATIVO DE ESPINHOSO
 DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS
 PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2021

Contribuinte: 510147283

Moeda: EUROS

S
José
Carvalho
17

VALÊNCIA: 90002 - Centro Dia

RENDIMENTOS E GASTOS	NOTAS	PERÍODOS	
		2021	2020
Vendas e serviços prestados		2.194,18	1.898,92
Subsídios, doações e legados à exploração		1.675,14	2.474,94
Varição nos inventários da produção		0,00	0,00
Trabalhos para a própria entidade		0,00	0,00
Custos das mercadorias vendidas e das matérias consumidas		166,65	615,88
Fornecimentos e serviços externos		465,78	2.193,51
Gastos com o pessoal		3.625,96	6.454,15
Ajustamentos de inventários (perdas/reversões)		0,00	0,00
Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões)		0,00	0,00
Provisões (aumentos/reduções)		0,00	0,00
Provisões específicas (aumentos/reduções)		0,00	0,00
Outras imparidades (perdas/reversões)		0,00	0,00
Aumentos/reduções de justo valor		0,00	0,00
Outros rendimentos		554,71	1.767,15
Outros gastos		1,98	7,66
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		163,66	-3.130,19
Gastos/reversões de depreciação e de amortização		583,36	2.330,00
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		-419,70	-5.460,19
Juros e rendimentos similares obtidos		0,00	0,00
Juros e gastos similares suportados		30,01	154,54
Resultados antes de impostos		-449,71	-5.614,73
Imposto sobre o rendimento do período		0,00	0,00
Resultado líquido do período		-449,71	-5.614,73

Colocase S/A Espinhoso (0049)
Raustino José de Sousa

Carvalho

CENTRO SOCIAL E RECREATIVO DE ESPINHOSO
 DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS
 PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2021

Contribuinte: 510147283

Moeda: EUROS

5
J. Sousa
Car
Anilch. R.

VALÊNCIA: 90001 - Lar para Idosos

RENDIMENTOS E GASTOS	NOTAS	PERÍODOS	
		2021	2020
Vendas e serviços prestados		188.174,96	175.387,84
Subsídios, doações e legados à exploração		102.438,89	97.747,32
Varição nos inventários da produção		0,00	0,00
Trabalhos para a própria entidade		0,00	0,00
Custos das mercadorias vendidas e das matérias consumidas		16.498,34	14.780,97
Fornecimentos e serviços externos		61.854,00	58.653,30
Gastos com o pessoal		174.036,77	154.910,17
Ajustamentos de inventários (perdas/reversões)		0,00	0,00
Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões)		0,00	0,00
Provisões (aumentos/reduções)		0,00	0,00
Provisões específicas (aumentos/reduções)		0,00	0,00
Outras imparidades (perdas/reversões)		0,00	0,00
Aumentos/reduções de justo valor		0,00	0,00
Outros rendimentos		55.007,69	42.412,19
Outros gastos		203,96	185,02
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		93.028,47	87.017,89
Gastos/reversões de depreciação e de amortização		57.752,15	55.919,92
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		35.276,32	31.097,97
Juros e rendimentos similares obtidos		0,00	0,00
Juros e gastos similares suportados		3.271,48	3.708,47
Resultados antes de impostos		32.004,84	27.389,50
Imposto sobre o rendimento do período		0,00	0,00
Resultado líquido do período		32.004,84	27.389,50

COMARCA DE SÃO DOMINGOS (VIA) GARCIA
Taustrino José de Sousa

Luís Paulo Amato

CENTRO SOCIAL E RECREATIVO DE ESPINHOSO
 DEMONSTRAÇÃO DOS FLUXOS DE CAIXA
 PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2021

Moeda : (Valores em Euros)

S
de Sousa
Cal

RÚBRICAS	NOTAS	DATAS	
		2021	2020
Fluxos de caixa das actividades operacionais - método directo			
Recebimentos de Clientes e Utentes		205.565,91	184.418,18
Pagamentos de subsídios		0,00	0,00
Pagamentos de apoios		0,00	0,00
Pagamentos de bolsas		0,00	0,00
Pagamentos a fornecedores		81.939,83	92.814,70
Pagamentos ao pessoal		126.725,92	114.765,40
Caixa gerada pelas operações		-3.099,84	-23.161,92
Pagamento/recebimento do imposto sobre o rendimento		0,00	0,00
Outros recebimentos/pagamentos		43.369,44	39.744,55
Fluxos de caixa das actividades operacionais (1)		40.269,60	16.582,63
Fluxos de caixa das actividades de investimento			
Pagamentos respeitantes a:			
Ativos fixos tangíveis		46.895,67	18.173,76
Ativos intangíveis		0,00	0,00
Investimentos financeiros		0,00	0,00
Outros ativos		0,00	0,00
Recebimentos provenientes de:			
Ativos fixos tangíveis		0,00	0,00
Ativos intangíveis		0,00	0,00
Investimentos financeiros		0,00	0,00
Outros ativos		0,00	0,00
Subsídios ao investimento		33.000,00	20.000,00
Juros e rendimentos similares		0,00	0,00
Dividendos		0,00	0,00
Fluxos de caixa das actividades de investimento (2)		-13.895,67	1.826,24
Fluxos de caixa das actividades de financiamento			
Recebimentos provenientes de:			
Financiamentos obtidos		0,00	0,00
Realização de fundos		0,00	0,00
Cobertura de prejuízos		0,00	0,00
Doações		183,35	470,00
Outras operações de financiamentos		0,00	0,00
Pagamentos respeitantes a:			
Financiamentos obtidos		21.667,41	21.003,49
Juros e gastos similares		3.325,11	4.119,89
Dividendos		0,00	0,00
Redução de fundos		0,00	0,00
Outras operações de financiamento		0,00	0,00
Fluxos de caixa das actividades de financiamento (3)		-24.809,17	-24.653,38
Varição de caixa e seus equivalentes (1+2+3)		1.564,76	-6.244,51
Efeito das diferenças de câmbio		0,00	0,00
Caixa e seus equivalentes no início do período		14.399,81	20.644,32
Caixa e seus equivalentes no fim do período		15.964,57	14.399,81

A Direcção

O Responsável

Carla de Sousa Romão (2021)

Tristino José de Sousa
Cal / Junho 2021

CENTRO SOCIAL E RECREATIVO DE ESPINHOSO
 DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS
 PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2021

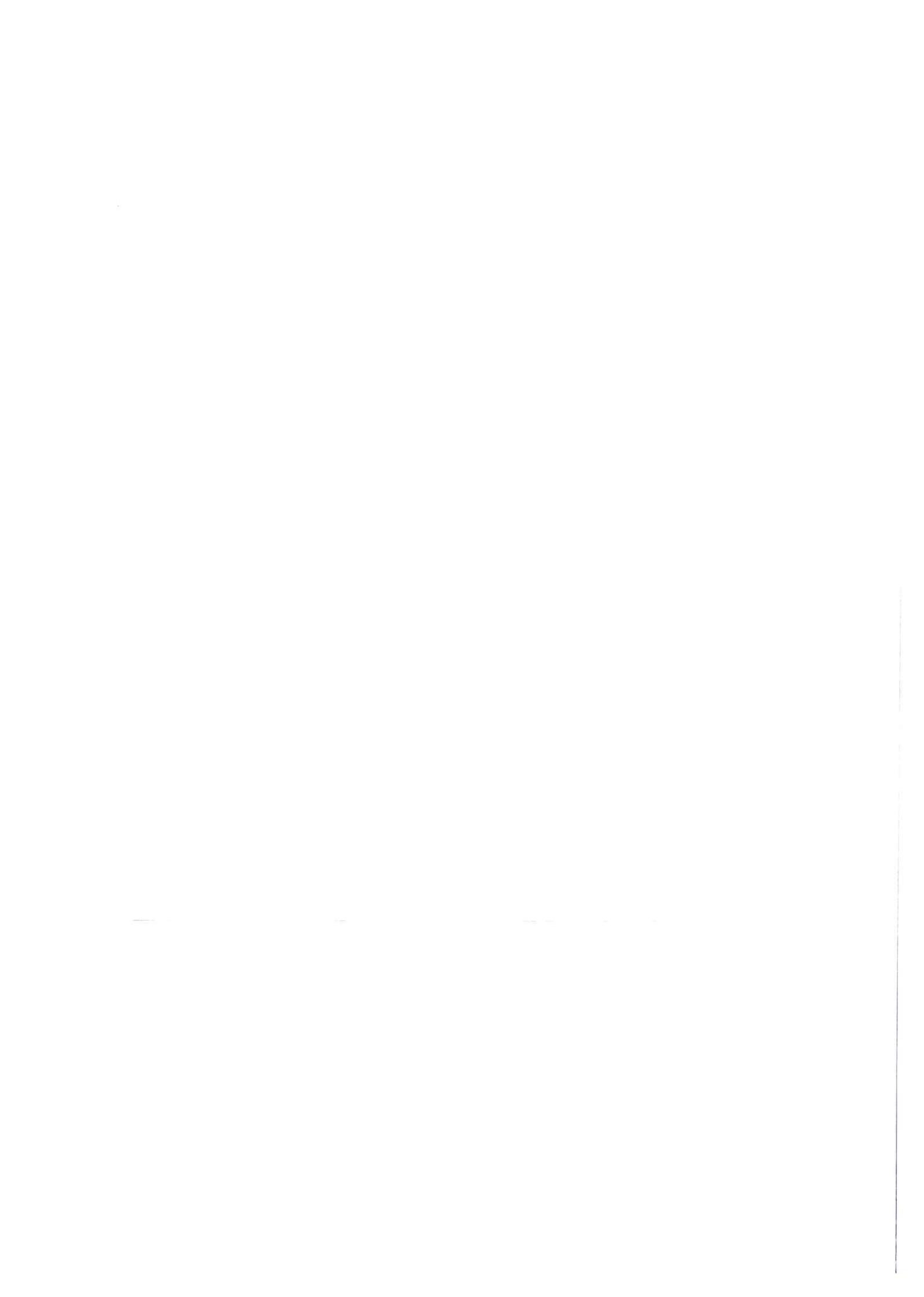
Contribuinte: 510147283

Moeda: EUROS

S
Bois
C. Silva

RENDIMENTOS E GASTOS	NOTAS	PERÍODOS	
		2021	2020
Vendas e serviços prestados		190.369,14	177.286,76
Subsídios, doações e legados à exploração		104.114,03	100.222,26
Variação nos inventários da produção		0,00	0,00
Trabalhos para a própria entidade		0,00	0,00
Custos das mercadorias vendidas e das matérias consumidas		16.664,99	15.396,85
Fornecimentos e serviços externos		62.319,78	60.846,81
Gastos com o pessoal		177.662,73	161.364,32
Ajustamentos de inventários (perdas/reversões)		0,00	0,00
Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões)		0,00	0,00
Provisões (aumentos/reduções)		0,00	0,00
Provisões específicas (aumentos/reduções)		0,00	0,00
Outras imparidades (perdas/reversões)		0,00	0,00
Aumentos/reduções de justo valor		0,00	0,00
Outros rendimentos		55.562,40	44.179,34
Outros gastos		205,94	192,68
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		93.192,13	83.887,70
Gastos/reversões de depreciação e de amortização		58.335,51	58.249,92
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		34.856,62	25.637,78
Juros e rendimentos similares obtidos		0,00	0,00
Juros e gastos similares suportados		3.301,49	3.863,01
Resultados antes de impostos		31.555,13	21.774,77
Imposto sobre o rendimento do período		0,00	0,00
Resultado líquido do período		31.555,13	21.774,77

(C) Centro Social e Recreativo de Espinhoso
Faustino José de Sousa
Local: Espinhoso



CENTRO SOCIAL E RECREATIVO DE ESPINHOSO
 DEMONSTRAÇÃO DOS FLUXOS DE CAIXA
 PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2021

Moeda: (Valores em Euros)

[Handwritten signature]

RÚBRICAS	NOTAS	DATAS	
		2021	2020
Fluxos de caixa das actividades operacionais - método directo			
Recebimentos de Clientes e Utentes		205.565,91	184.418,18
Pagamentos de subsídios		0,00	0,00
Pagamentos de apoios		0,00	0,00
Pagamentos de bolsas		0,00	0,00
Pagamentos a fornecedores		81.939,83	92.814,70
Pagamentos ao pessoal		126.725,92	114.765,40
Caixa gerada pelas operações		-3.099,84	-23.161,92
Pagamento/recebimento do imposto sobre o rendimento		0,00	0,00
Outros recebimentos/pagamentos		43.369,44	39.744,55
Fluxos de caixa das actividades operacionais (1)		40.269,60	16.582,63
Fluxos de caixa das actividades de investimento			
Pagamentos respeitantes a:			
Ativos fixos tangíveis		46.895,67	18.173,76
Ativos intangíveis		0,00	0,00
Investimentos financeiros		0,00	0,00
Outros ativos		0,00	0,00
Recebimentos provenientes de:			
Ativos fixos tangíveis		0,00	0,00
Ativos intangíveis		0,00	0,00
Investimentos financeiros		0,00	0,00
Outros ativos		0,00	0,00
Subsídios ao investimento		33.000,00	20.000,00
Juros e rendimentos similares		0,00	0,00
Dividendos		0,00	0,00
Fluxos de caixa das actividades de investimento (2)		-13.895,67	1.826,24
Fluxos de caixa das actividades de financiamento			
Recebimentos provenientes de:			
Financiamentos obtidos		0,00	0,00
Realização de fundos		0,00	0,00
Cobertura de prejuízos		0,00	0,00
Doações		183,35	-470,00
Outras operações de financiamentos		0,00	0,00
Pagamentos respeitantes a:			
Financiamentos obtidos		21.667,41	21.003,49
Juros e gastos similares		3.325,11	4.119,89
Dividendos		0,00	0,00
Redução de fundos		0,00	0,00
Outras operações de financiamento		0,00	0,00
Fluxos de caixa das actividades de financiamento (3)		-24.809,17	-24.653,38
Variação de caixa e seus equivalentes (1+2+3)			
		1.564,76	-6.244,51
Efeito das diferenças de câmbio			
		0,00	0,00
Caixa e seus equivalentes no início do período			
		14.399,81	20.644,32
Caixa e seus equivalentes no fim do período			
		15.964,57	14.399,81

A Direcção

O Responsável

[Handwritten signature: Faustino José de Sousa]

