

S
C
F
F
A



**Relatório
do
Plano
de
Atividades**

E

**Relatório
Contabilístico**

2023

Centro Social e Recreativo de Espinhoso

Pessoa coletiva N° 510 147 283
Csrespinhoso@gmail.com
Tlf: 273 010 121
Rua do Tropo S/N 5335- 033 Espinhoso

Índice	
Introdução	3
1. Enquadramento	4
Um olhar sobre o CSRE	4
Missão, Valores e Visão do CSRE	8
Estrutura Organizacional	9
2. Animação Sociocultural	10
Planeamento de Atividades Socioculturais no CSRE	12
3. Fisioterapia	13
.....	14
4. Enfermagem	14

S
in
Golo
Flores
of



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).

S
C. P. L. O. M.
A. J. S.
J. S. S.

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 duas respostas sociais: Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas e Centro de Dia.

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.

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

S
17
Alma
2023
A

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 , de saúde e fisioterapia. Tem uma capacidade definida para 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.

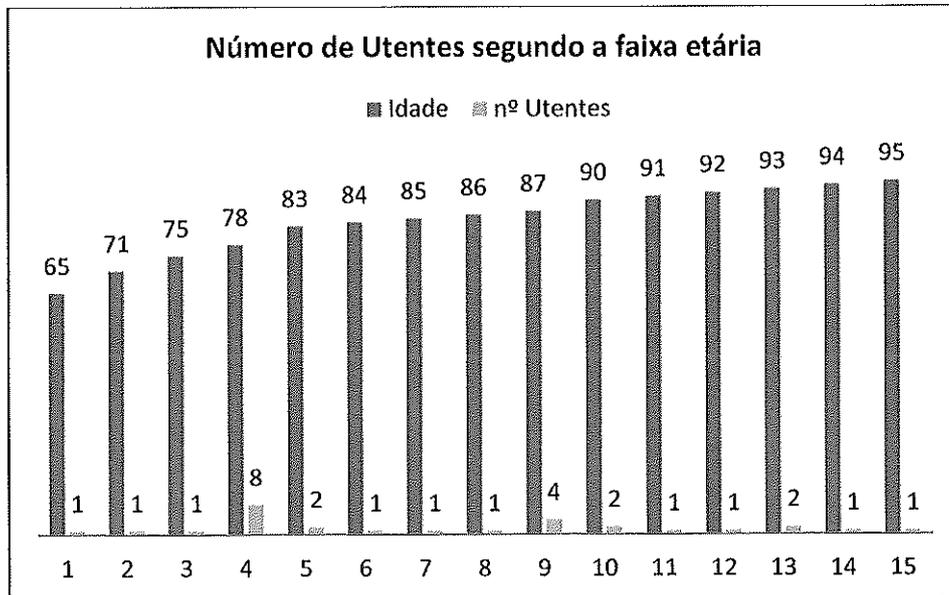


Gráfico 1- Numero de utentes segundo a faixa etária: Quanto às idades verifica-se que não existe uma predominância de uma faixa etária específica. As idades dos utentes variam entre os 65 e 95 anos. Sendo que maior preeminência fixasse nos 87 anos.

1 S
M
G. L. M.
F. J. S.
J. S. S.

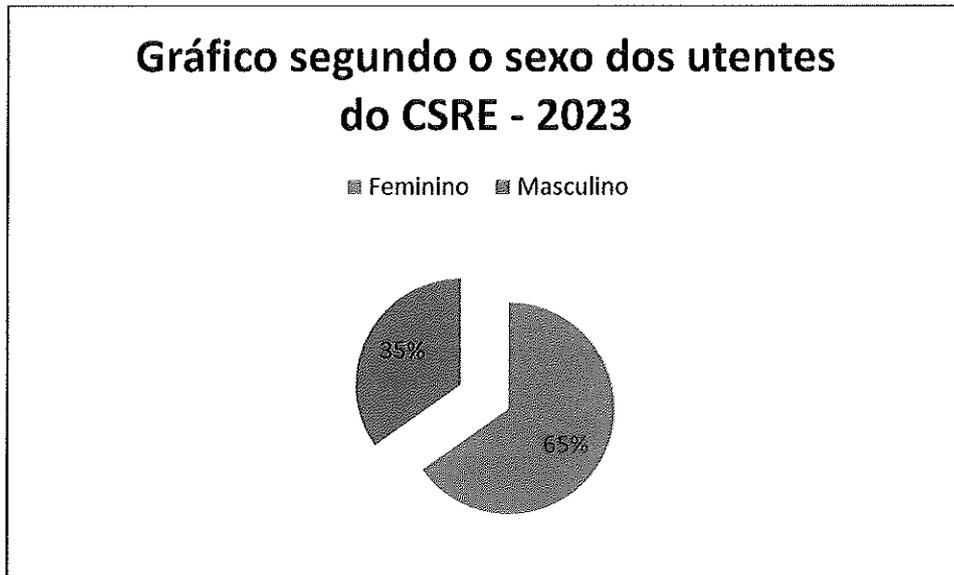


Gráfico 2 – Segundo o sexo dos utentes do CSRE - refere-se ao sexo (masculino e feminino), podemos apurar que predomina o sexo feminino no CSRE com 65 % para 35% do sexo masculino.

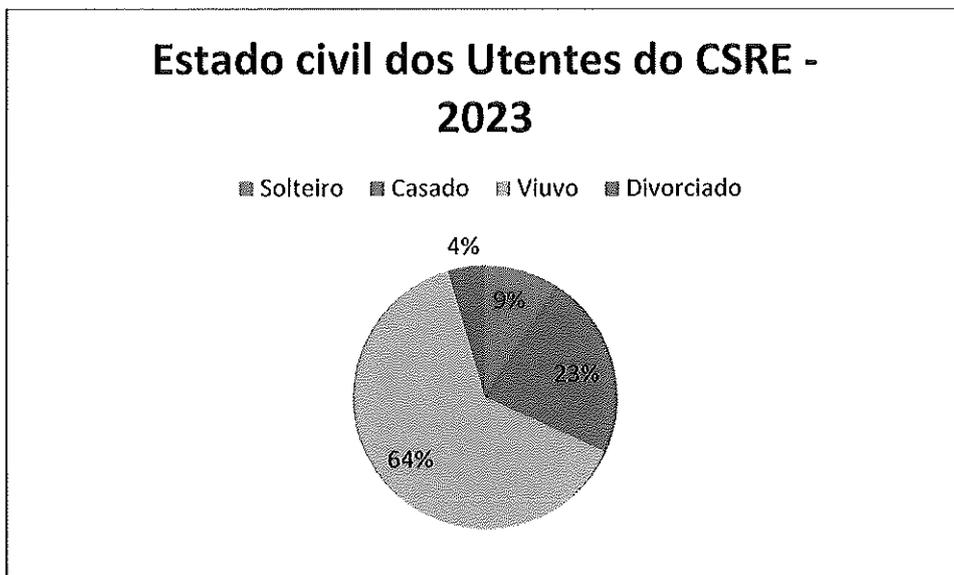


Gráfico 3 – Estado civil dos utentes do CSRE - Quanto ao estado civil dos utentes do CSRE, segundo o gráfico nº 3 podemos verificar que maior incidência recai nos 64% em que concerne á viuvez, 23% casados, 9% são solteiros e apenas 4% divorciados.

S
M
C
H
A
S
A
S

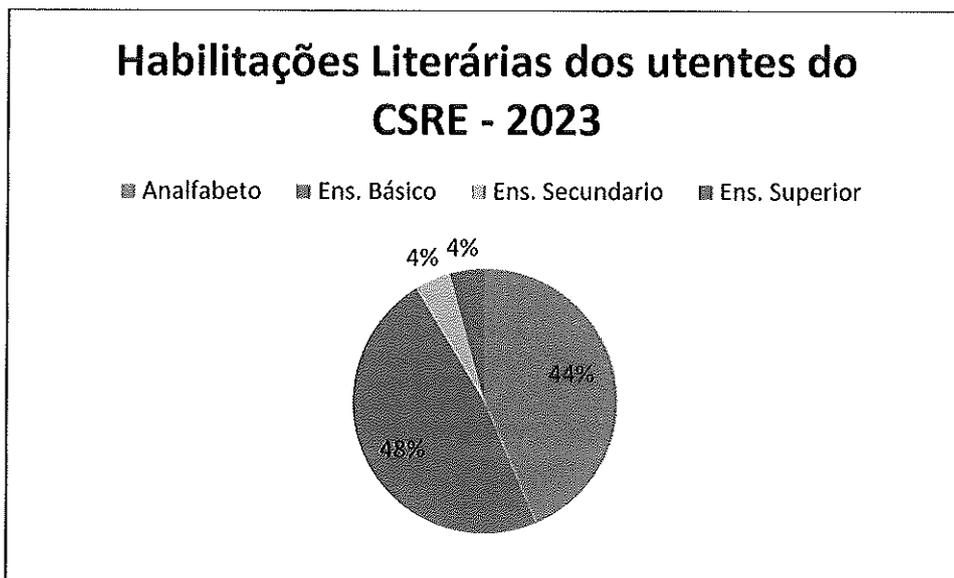


Gráfico 4 – Habilitações Literárias dos utentes do CSRE - O gráfico nº4 é ilustrativo das habilitações literárias podendo constatar-se que 48% não possui qualquer tipo de habilitações, e 44% o ensino básico, e 4% detêm o ensino secundário, e apenas 4% possui o ensino superior.

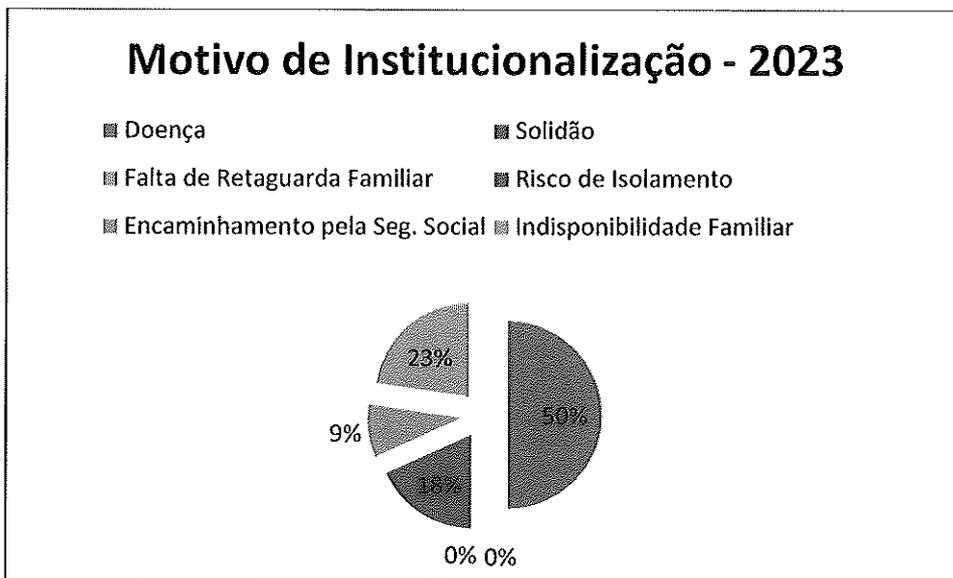


Gráfico 5 – Motivo de Institucionalização – O gráfico nº 5 vários representa os motivos de institucionalização, sendo que a maior percentagem com 50 % são justificados por motivos de doença, 23% justificados pela indisponibilidade familiar, 18% pelo risco de isolamento e apenas 9% são encaminhados pela Segurança Social. Podemos concluir que no facto da institucionalização dos nossos utentes se prende pelas doenças que surgem, acabando por procurar os nossos serviços em ERPI.

S
 16/7
 G. Amorim
 15/05/2023

Missão, Valores e Visão do CSRE

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

Missão	Valores	Visão
O Centro Social e Recreativo de Espinhoso desenvolve a sua intervenção na área direcionada à terceira idade, através de serviços e respostas sociais adequadas às suas necessidades.	Solidariedade, Respeito e Proximidade	Ser uma Instituição com relevo no setor social, procurando intervir junto da população sénior, garantindo e satisfazendo todas as suas necessidades básicas para um envelhecimento com qualidade e ativo.

As atividades de Animação Sociocultural 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 e qualidade de vida.

Incentivamos a preservação da identidade individual de cada utente, respeitando as suas particularidades, gostos e interesses 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.

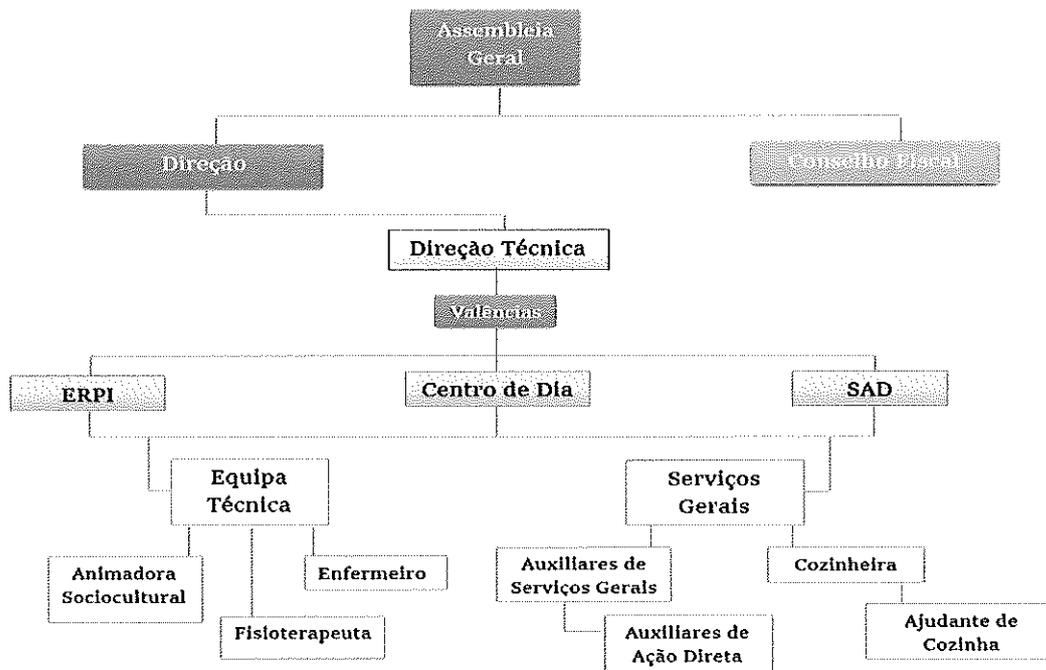
S
 17
 2023
 J. Soares
 [Assinatura]

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.

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 tempo parcial . Uma Diretora Técnica, 7 Auxiliares de Ação Direta, uma Auxiliar de Serviços Gerais, uma cozinheira e duas ajudantes de cozinha, conforme consta no quadro de pessoal apresentado a seguir. No ano de 2023, através do programa do IEF, “ATIVAR.PT”, beneficimoas de 2 estagiárias em duas areas de licenciaturaS distintas, uma Educadora Social e uma

Gerontologa.

Categories	Quantidade	Afinação	Tipo de Contrato	Horas Semanais
Diretora Técnica	1	100%	Contrato Sem Termo	35h
Enfermeiro	1	68,57%	Contrato a Termo Certo	24h
Animadora Social	1	50%	Contrato a Termo Certo	17,5h
Fisioterapeuta	1	50%	Contrato a Termo Certo	17,5h
Ajudantes de Ação Direta	7	100%	Contrato a Termo Certo	35h
Cozinheira	1	100%	Contrato a Termo Certo	35h
Ajudante de Cozinha	1	100%	Contrato a Termo Certo	35h
Ajudante de Cozinha	1	57,14%	Contrato a Termo Certo	20h
Auxiliar de Serviços Gerais	1	100%	Contrato a Termo Certo	35h

No decorrer desse mesmo ano, foram realizadas as eleições dos órgãos sociais, que foram reeleitos para o quadriénio 2023/2027.

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.

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, 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 indivíduo 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 indivíduo em particular;
- **Atento e disponível** - atento as necessidades, dificuldades e expectativas, 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 indivíduo consiga alcançar de forma perspicaz e audaz os objetivos. (p.45)

S
10/7
C. H. P.
A. S. S.
A

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	6	8	7	0	6	0	0	0	7	0	7	4
Intelectuais/ Formativa	8	6	7	7	11	6	4	7	4	4	0	0	5
Culturais	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0	5	9	2
Sociais	0	13	9	16	11	14	11	12	11	0	13	18	11
Espirituais/ Religiosas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	23	2
Quotidianas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Desportivas	14	15	14	12	14	14	14	13	12	0	0	0	10

S
14/7
C. Colares
J. J. J. J.
A

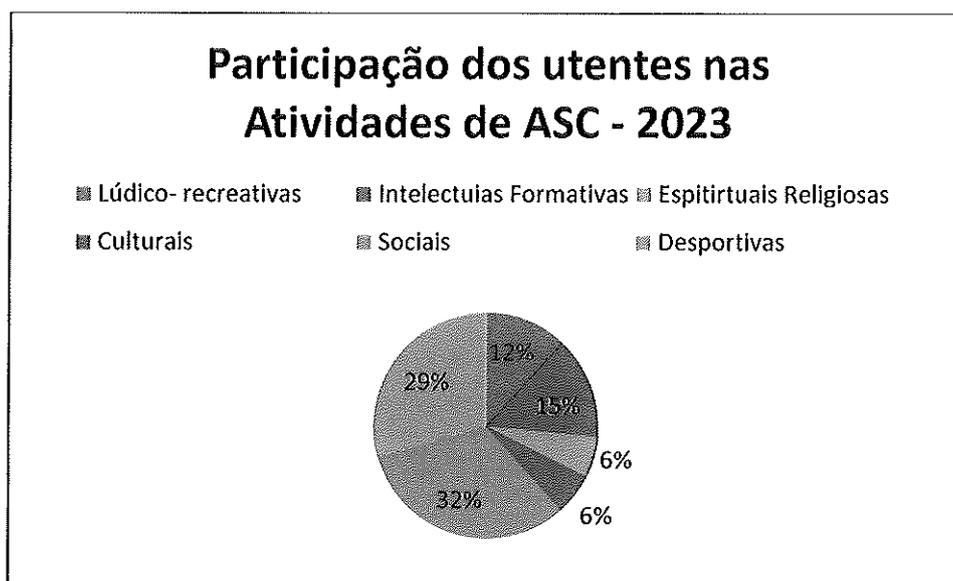


Gráfico Nº 6 - Participação dos Utesntes nas atividades de ASC – 2023, podemos verificar que a sua participação mais ativa predomina nas atividades Sociais e Despostivas, seguindo-se as Inteletuais Formativas com 15% de participação, as Lúdico- Recreativas com 12% nas Lúdico- Recreativas.

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 efetuadas de forma individual, podendo também ocorrer sessões em grupo.

2023

2023

S
Flores

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.
Eléctroterapia <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

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 equipa 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.

A enfermagem no CSRE tem tido um papel fundamental na formação dos trabalhadores para a adoção e promoção de boas praticas na prestação de cuidados com um contacto próximo com os utentes e restante Equipa Técnica no dia a dia da Instituição.

A Direção: (PLACARE SAO LUIS) Golega
Célia Formosa
Florencio José de Sousa
Barral
Cristina
Centro Social e Recreativo de Espinhoso