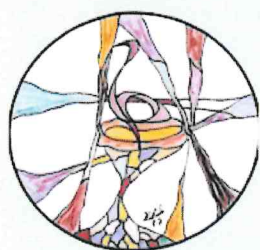


# PLANO DE ATIVIDADES

## 2026

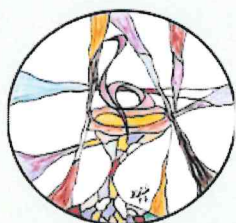
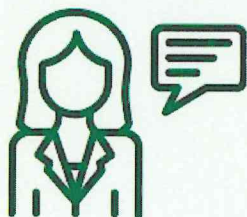


Associação Social e Cultural de Almancil

# ÍNDICE

<b>Introdução .....</b>	<b>3</b>
<b>Órgãos Sociais .....</b>	<b>5</b>
<b>Missão/ Visão e Valores .....</b>	<b>6</b>
<b>Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.....</b>	<b>7</b>
<b>Centro de Dia.....</b>	<b>8</b>
<b>Serviço de Apoio Domiciliário .....</b>	<b>9</b>
<b>Enfermagem.....</b>	<b>11</b>
<b>Atividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal.....</b>	<b>13</b>
<b>Refeitório/Cantina Social .....</b>	<b>14</b>
<b>Outros Programas Alimentares e Apoios.....</b>	<b>15</b>
<b>Atendimento e Acompanhamento Social.....</b>	<b>16</b>
<b>Recursos Humanos e Plano Anual de Formação .....</b>	<b>17</b>
<b>Áreas Transversais .....</b>	<b>18</b>
<b>Respostas de Apoio a Associados e à Comunidade .....</b>	<b>19</b>
<b>Parcerias - Protocolos – Acordos .....</b>	<b>20</b>
<b>Objetivos e Metas para 2026 .....</b>	<b>21</b>

## INTRODUÇÃO



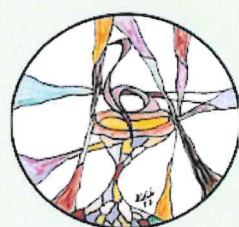
Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

O Plano de Atividades constitui um dos documentos fundamentais do Ciclo Anual de Gestão da Administração Pública, sendo a sua elaboração obrigatória nos termos do Decreto-Lei n.º 183/96, de 27 de setembro, e da Lei n.º 66-B/2007, de 28 de dezembro. A sua apresentação representa um instrumento essencial para assegurar a transparência, a gestão eficiente e a avaliação do desempenho das instituições.

Em conformidade com o disposto no artigo 8.º da Lei n.º 66/2018, relativo à apresentação do plano de atividades para apreciação e aprovação pelos respetivos órgãos sociais, a Direção da Associação Social e Cultural de Almancil vem submeter o presente Plano de Atividades.

Vivemos tempos de profunda transformação social e económica, em que a resiliência organizacional é constantemente colocada à prova. A nossa capacidade de adaptação e inovação num contexto de mudança permanente constitui a chave para garantir a sustentabilidade e o cumprimento da missão que a ASCA abraçou há 33 anos.

O atual contexto nacional tem sido particularmente desafiante. A crise económica que afeta Portugal em múltiplos setores — incluindo as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) — tem sido agravada pelo aumento generalizado dos preços da alimentação, dos combustíveis e da energia. Estes fatores têm tido um impacto significativo no funcionamento das instituições, que se veem confrontadas com uma procura crescente pelos seus serviços, ao mesmo tempo que enfrentam restrições financeiras cada vez mais severas. A este cenário acresce um contexto global e nacional marcado por elevada inflação, aumento do custo de vida, precariedade laboral e pelas consequências de crises globais, como as mudanças climáticas, os conflitos internacionais e as flutuações económicas mundiais.



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

Estes fatores têm contribuído para o agravamento da desigualdade social, da vulnerabilidade e da exclusão, afetando de forma particularmente dura as famílias e pessoas mais fragilizadas.

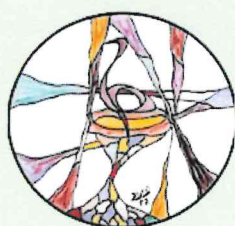
Neste enquadramento, as instituições particulares de solidariedade social assumem-se como pilares fundamentais de suporte à sociedade, desempenhando um papel insubstituível no apoio aos mais desfavorecidos, na promoção da coesão social e na construção de comunidades mais solidárias e justas.

A ASCA reconhece estes desafios e mantém o compromisso de gerir com rigor, eficiência e inovação, procurando diversificar as fontes de financiamento, melhorar a eficiência operacional e assegurar a continuidade e qualidade dos seus serviços nas diferentes respostas sociais: Centro de Dia (CD), Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), Refeitório Social e Atendimento e Acompanhamento Social, entre outras iniciativas de resposta imediata.

As atividades delineadas neste plano foram definidas tendo por base a Missão, Visão e Valores da ASCA: procurar soluções que respondam às necessidades das pessoas, promover a solidariedade e apoiar os mais vulneráveis. Pretende-se, igualmente, preservar os valores éticos, civis e religiosos que norteiam a Instituição, assegurando políticas equilibradas e sustentáveis no presente e no futuro.

A ASCA ambiciona afirmar-se, cada vez mais, como uma IPSS de referência no seio da sociedade civil, destacando-se pela qualidade dos serviços prestados e pelo impacto positivo da sua intervenção social. Só assim será possível continuar a servir a comunidade com dedicação e excelência, em especial os idosos, os mais carenciados e os que enfrentam a solidão, a doença ou a exclusão social.

## ÓRGÃOS SOCIAIS



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

### Assembleia Geral

#### **Presidente**

José Humberto Mendonça de Sousa

#### **1º Secretário**

Vitalina Maria Camões Azevedo Faria

#### **2º Secretário**

Cecília Maria Correia Rodrigues

### Direção

#### **Presidente**

Sandra Cristina Ribeiro do Vale

#### **Vice-Presidente**

José Ricardo da Silva Faria

#### **Tesoureiro**

Jorge Manuel das Candeias Carvalho

#### **1º Secretário**

Maria de Fátima Sequeira Alberto

#### **1º Vogal**

Jenny da Costa Marcos

### Concelho Fiscal

#### **Presidente**

João Pedro da Cruz Pires Campos da Silva

#### **1º Secretário**

Firmino Bota Galvão

#### **2º Secretário**

João Albino Matos da Silva

## Missão/ Visão/ Valores



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

### MISSÃO

Promoção do bem-estar e qualidade de vida dos seus utentes, associados e de todos os cidadãos, através da prestação de cuidados de apoio social e desenvolvimento de iniciativas de índole cultural e educativa/formativa, fomentando a igualdade, a equidade e o desenvolvimento sustentado da comunidade em que se insere.

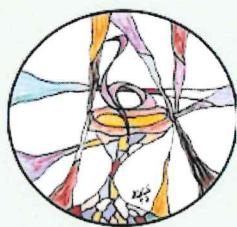
### VISÃO

Ser reconhecida como uma IPSS pioneira e de referência na implementação de políticas e práticas de solidariedade.

### VALORES

- Solidariedade e Cooperação
- Justiça e Equidade
- Respeito e Participação
- Ética e Profissionalismo - Inovação e Sustentabilidade
- Probidade e Transparência
- Igualdade e Participação

## Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

A ERPI é uma resposta social integrada em equipamento próprio onde são desenvolvidas atividades de apoio social a pessoas idosas através de alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, para idosos em situação de maior risco de perda de independência e/ou de autonomia, fornecendo alimentação, cuidados de saúde, higiene, conforto, fomentando o convívio e proporcionalmente a animação cultural e a ocupação dos tempos livres dos clientes.

### Objetivos da ERPI:

- Proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas;
- Contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento;
- Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação intrafamiliar;
- Promover os contatos sociais e potenciar a integração social;
- Prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;
- Promover estratégias de manutenção e reforço da funcionalidade, autonomia e independência, do autocuidado e da autoestima e oportunidades para mobilidade e atividade regular, tendo em atenção o estado saúde e recomendações médicas de cada pessoa;
- Promover um ambiente de segurança física e afetiva, prevenir os acidentes, as quedas, os problemas com medicamentos, o isolamento e qualquer forma de maus-tratos;
- Promover a intergeracionalidade;
- Promover a interação com ambientes estimulantes, promovendo as capacidades, a quebra da rotina e a manutenção do gosto pela vida.

### Caracterização da População Alvo:

- Indivíduos com idade igual ou superior a 65 anos em situação de dependência física e/ou psíquica;
- Residentes, preferencialmente na Freguesia de Almancil.

### Capacidade:

A Instituição tem acordo de cooperação celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social de Faro para 30 vagas participadas.

## Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

### **Horário de Funcionamento:**

Vinte e quatro horas por dia, todos os dias da semana.

### **Atividades e Serviços:**

- Alojamento permanente;
- Alimentação adequada às necessidades dos utentes, respeitando as prescrições médicas;
- Cuidados de higiene e conforto;
- Administração de fármacos, quando prescritos;
- Tratamento de roupas;
- Higiene dos espaços;
- Atividades de animação sociocultural e ocupação de tempos livres.

### **Estratégias de monitorização/avaliação do funcionamento da ERPI**

À Direção Técnica compete, em geral, dirigir o estabelecimento, assumindo a responsabilidade pela programação e gestão dos serviços, dos cuidados e das atividades e a coordenação e supervisão dos colaboradores, tendo em conta a necessidade de estabelecer metodologias e técnicas adequadas para um bom funcionamento do estabelecimento, assegurando a qualidade de vida e dignidade dos utentes, nomeadamente:

- Coordenar e orientar a equipa;
- Promover reuniões com os utentes e suas famílias por forma a dinamizar atividades conjuntas e auscultar a satisfação da qualidade dos serviços e cuidados prestados;
- Garantir a elaboração, implementação e monitorização do plano de atividades;
- Supervisionar os cuidados e serviços prestados garantindo a sua qualidade;
- Garantir a supervisão e o acompanhamento da formação inicial/contínua da equipa em articulação com a Direção da Instituição;
- Assegurar, em articulação com a equipa, a realização dos diagnósticos e a avaliação das necessidades e expectativas dos utentes, bem como a monitorização dos serviços, cuidados e atividades;
- Privilegiar estratégias de envolvimento do utente, do representante legal/família na execução dos Planos Individuais, avaliando os cuidados prestados, por forma a garantir a permanente satisfação das necessidades e expectativas, tendo em vista a melhoria contínua e de participação ativa de todos os intervenientes.

## Centro de Dia (CD)

**Resposta social desenvolvida em equipamento, que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção das pessoas idosas no seu meio sócio familiar.**

### Objetivos do CD:

- Prestar serviços que satisfaçam as necessidades básicas do utente, proporcionando-lhe serviços indispensáveis para o seu bem-estar;
- Contribuir para a estabilização ou retardamento das consequências nefastas do envelhecimento;
- Prevenir o isolamento através da promoção de relações interpessoais, interinstitucionais e intergeracionais;
- Contribuir para um envelhecimento bem-sucedido, estabilizando ou retardando o processo de envelhecimento físico e/ou mental, através da promoção ou manutenção da autonomia (física e/ou mental) dos idosos;
- Contribuir para a manutenção do idoso no seu meio habitacional.

### Caracterização da População Alvo:

- Indivíduos com idade igual ou superior a 65 anos com autonomia física e cognitiva (não sendo admitidos clientes acamados ou com elevado grau de dependência);
- Residentes, preferencialmente, na Freguesia de Almancil;
- Em situações especiais, perfeitamente justificadas, poderão ser admitidas pessoas que embora não reunindo estas condições se encontrem em situação de risco

### Capacidade:

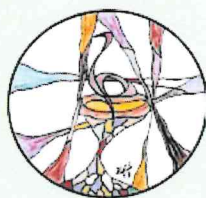
A Instituição tem acordo de cooperação celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social de Faro para 25 vagas participadas.

### Horário de Funcionamento:

De segunda a sexta-feira (dias úteis) entre as 08h00 e as 18h00.

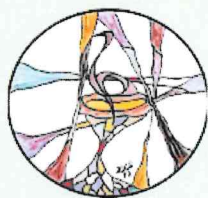
### Atividades e Serviços:

- Refeições;
- Cuidados pessoais de higiene e imagem;
- Tratamento de roupas;
- Atividades ocupacionais e de desenvolvimento pessoal;
- Colaboração na prestação de cuidados de saúde;
- Acompanhamento ao exterior para aquisição de bens e serviços.



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

## Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)



Associação Social  
e  
Cultural de Al Mancil

**Resposta social que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e/ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito.**

### Objetivos do SAD:

- Concorrer para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias;
- Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- Contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais;
- Promover estratégias de desenvolvimento da autonomia;
- Prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes;
- Facilitar o acesso a serviços da comunidade;
- Reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores.

### Caracterização da População Alvo:

- Indivíduos com idade igual ou superior a 65 anos em situação de dependência física e/ou psíquica;
- Residentes, preferencialmente, na Freguesia de Al Mancil.

### Capacidade:

A Instituição tem acordo de cooperação celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social de Faro para 25 vagas comparticipadas.

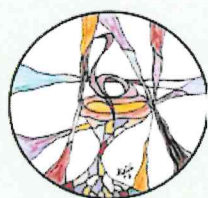
### Horário de Funcionamento:

- Segunda a sexta-feira (dias úteis) entre as 08h00-13h00 e as 14h30-17h00;
- Fins-de-semana e feriados entre as 08h00 e as 12h00.

### Atividades e Serviços:

- Cuidados pessoais de higiene e imagem;
- Tratamento de roupas;
- Higiene habitacional;
- Fornecimento e apoio nas refeições.

## Centro de dia e Serviço de apoio Domiciliário



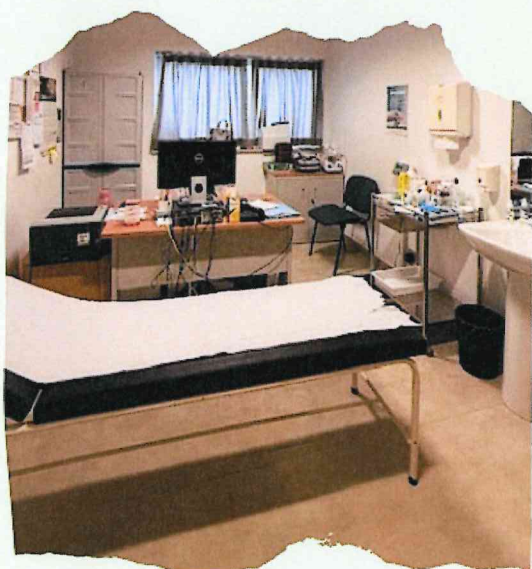
Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

### **Estratégias de monitorização/avaliação do funcionamento das respostas sociais Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário**

Serão privilegiadas e adotadas estratégias que visem a manutenção e/ou a maximização da adequabilidade e qualidade dos serviços prestados nomeadamente:

- Manutenção da rápida capacidade de resposta e consequente ausência de lista de espera cumprindo/respeitando os critérios de elegibilidade/candidatura e admissão;
- Aumento do número de utentes admitidos até ao limite do acordo de cooperação;
- Manutenção e/ou melhoria dos espaços e equipamentos/recursos da resposta social;
- Prestação de serviços individualizados e humanizados de acordo com as necessidades, expectativas e gostos de cada utente;
- Promoção das condições de bem-estar e conforto dos utentes;
- Manutenção e/ou aumento da oferta de atividades ocupacionais e de desenvolvimento pessoal;
- Manutenção e/ou promoção da autonomia do utente;
- Diminuição das situações de dependência;
- Fomento da proximidade com o utente e família na tentativa de despiste e de resolução de situações problemáticas;
- Encaminhamento/articulação com outros serviços e entidades como formas de atuação tendo em vista a minimização e/ou resolução dos problemas dos utentes;
- Organizar e coordenar as equipas de trabalho por forma a que os objetivos e ações da resposta social sejam atingidos nomeadamente através da promoção de reuniões periódicas com a equipa de trabalho para melhor acompanhamento, incremento do espírito de equipa e pertença, discussão de problemas, dificuldades e definição de estratégias adequadas às necessidades identificadas e o fomento de ações formativas.

## ENFERMAGEM



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

A Enfermagem desempenha um papel fundamental no contexto de uma IPSS, contribuindo de forma decisiva para a promoção da saúde, prevenção da doença e melhoria da qualidade de vida dos utentes.

**Cuidados de Saúde e Enfermagem. A garantia de cuidados adequados e contínuos aos utentes.**

**Intervenções possíveis:**

- Avaliação e registo regular do estado de saúde dos utentes (sinais vitais, glicemia, peso, etc.);
- Gestão da terapêutica medicamentosa (gestão de stocks, supervisão da administração de medicação);
- Tratamentos a feridas (úlceras de pressão, traumáticas);
- Acompanhamento de consultas internas e resultados de exames médicos, bem como de relatórios de episódios de urgência e respetivos diagnósticos;
- Registos clínicos atualizados e sistemáticos (fichas de saúde dos utentes).

**Promoção da Saúde e Prevenção da Doença. Reduzir riscos e promover o bem-estar físico e mental.**

**Intervenções possíveis:**

- Campanhas internas e articulação com Centros de Saúde sobre vacinação (gripe, COVID-19, etc.);
- Ações de sensibilização e vigilância diária da aplicação prática da higiene das mãos, prevenção de quedas, hidratação, posicionamentos dos acamados;
- Programas de estimulação cognitiva e prevenção da demência, em articulação com animadora/psicóloga;
- Identificação precoce de sinais de descompensação clínica.

**Formação e Capacitação da Equipa.** Manter, sempre que necessário, atualização de conhecimentos e práticas seguras entre os colaboradores. Sessões de formação internas sobre: administração segura da medicação; cuidados a pessoas com demência; prevenção de úlceras de pressão (posicionamentos, transferências e cuidados à pele); primeiros socorros e suporte básico de vida; procedimentos em caso de queda ou emergência médica e higiene e controlo de infeções.

**Campanhas e Dias Temáticos de Saúde (em articulação com a área da animação e com outros parceiros).**

**Iniciativas a considerar:**

- 20 de março: Dia Mundial da Saúde Oral;
- 7 de abril: Dia Mundial da Saúde;
- 5 de maio: Dia Mundial da Higiene das Mãos;
- 14 de junho: Dia do Dador de Sangue;
- 29 de setembro: Dia Mundial do Coração;
- 1 de outubro: Dia Internacional da Pessoa Idosa;
- 16 de outubro: Dia Mundial da Alimentação;
- 30 de outubro: Dia Nacional de Prevenção do Cancro da Mama;
- 20 de dezembro: Dia Internacional da Solidariedade Humana.

## Atividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal

- 1º Semestre -

### ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS E CENTRO DE DIA

Mês	Descrição	Atividades	Objetivos	Resultados Esperados
<b>Janeiro</b>	Dia 06 - Dia dos Reis		Desenvolver a criatividade estimular a destreza manual e a motricidade fina. Promover a intergeracionalidade.	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual, aumento da autoestima e relações intergeracionais.
	Dia 18- Dia Internacional do Riso	Distribuição de sorrisos com mensagens alegres pelas ruas de Almancil.	Promover o bem-estar e boa disposição.	Diminuição dos sintomas de depressão. Aumento da autoestima e bem-estar.
<b>Fevereiro</b>	Dia 14- Dia do Amor	Realização de um episódio de <i>podcast</i> sobre "O amor do antigamente e do agora", parceria com rádio local.	Recordar outros tempos, proporcionar uma experiência digital diferente aos utentes.	Sensibilizar as diferentes gerações para as alterações do conceito de amor.
	Dia 12- Dia de Carnaval	Baile de Máscaras.	Promoção de convívio. Recordar hábitos e tradições.	Diminuição dos sintomas de depressão, aumento de força e consciência corporal, aumento da autoestima e bem-estar.
	Dia 22- Dia do Pensamento	Escrita criativa sobre um tema da atualidade e posterior publicação nas redes sociais.	Realização de atividades que promovam pensamento e escrita sobre temas da atualidade.	Sensibilizar para a evolução dos tempos. Integração dos idosos no mundo tecnológico.
<b>Março</b>	Dia 6- Dia Mundial da Oração	Visita e prática de oração na Igreja de São Lourenço, Almancil.	Promover a cultura religiosa.	Promover o bem-estar e preservar a cultura religiosa dos utentes.
	Dia 08 - Dia da Mulher	Proporcionar às utentes do Centro de Dia uma sessão de beleza com demonstração de cosméticos e sensibilizá-las para elaborar e oferecer frases motivacionais às mulheres da associação.	Valorizar o papel da mulher na sociedade; promover a interação e a coesão grupal.	Sensibilizar para as diferenças entre o passado e o presente no que toca à igualdade de Género.
<b>Abril</b>	Dia 05- Dia de Páscoa	Atelier de culinária - confeção de folares para posterior entrega aos utentes de CD, ERP e SAD.	Estimular a participação. Recordar tradições e hábitos. Partilha de conhecimentos.	Prevenir o envelhecimento cognitivo, motor, sensorial e intelectual. Promover o convívio.
	Dia 25 - Dia da Liberdade	Passeio no exterior e entrega de cravos feitos pelos utentes à comunidade.	Estimular as capacidades cognitivas e artísticas dos idosos; promover o convívio com a comunidade.	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual. Promover o convívio e o bem-estar.
<b>Mai</b>	Dia 29- Dia Mundial da Dança	Realização de uma aula de Zumba Sénior.	Promoção de estimulação motora.	Manter os séniores ativos através da promoção de divertimento e dança.
	Dia 15 - Dia Internacional da Família	Realização de um lanche convívio entre familiares e utentes.	Fortalecer os laços familiares e perceber as suas alterações ao longo da vida.	Promoção dos laços afetivos, convívio geracional e valorizar o papel do idoso.
	Dia 18- Dia Internacional dos Museus	Visita a um museu local.	Promoção da cultura.	Promover a cultura e o contacto com espaço exterior.
<b>Junho</b>	Dia 18- Dia Mundial do Piquenique	Realização de um piquenique no exterior da instituição.	Promover o bem-estar e o contacto com o exterior da instituição.	Valorizar o envelhecimento ativo.
	Dia 29 – Santos Populares	Criação de marchas populares, desfile pela ASCA.	Fomentar o convívio e as relações interpessoais.	Promover o convívio, celebração de data festiva.
<b>Comemoração do aniversário do/a cliente</b>		Oferta de bolo de aniversário. Festejo e momento fotográfico.	Valorizar a autoestima e o autoconceito. Fomentar o convívio e as relações interpessoais.	Valorização do aniversariante, aumento da autoestima, autoconfiança e autonomia.

## Atividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal

### - 2º Semestre - CENTRO DE DIA E ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

<b>Mês</b>	<b>Descrição</b>	<b>Atividades</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados Esperados</b>
<b>Julho</b>	Dia 26 – Dia Mundial dos Avós	Festa convívio entre avós e netos, sessão fotográfica.	Estimular a criatividade. Promover o convívio entre avós e netos.	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual. Estreitamento de laços familiares.
	Dia 07- Dia do Chocolate	Atelier de culinária - confeção de uma sobremesa com chocolate.	Trabalhar a estimulação cognitiva e a motricidade fina dos utentes.	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual.
<b>Agosto</b>	(a designar) – 34º Aniversário da ASCA	Almoço convívio entre utentes, colaboradores e Direção.	Familiarizar-se com a história da instituição e com o seu papel na comunidade.	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual.
	Dia 24- Dia do Artista	Assistir a uma peça de teatro.	Estimular a cultura e imaginação dos utentes.	Promover o envelhecimento ativo.
<b>Setembro</b>	Dia 08- Dia da Literacia	Visita à Biblioteca do Polidesportivo de Almancil.	Estimulação cognitiva.	Sensibilizar para a importância da literacia numa sociedade desenvolvida.
	Dia 27- Dia Mundial do Turismo	Passeio “Turistas por um Dia”: comboio turístico, em Quarteira.	Sensibilização para a importância do turismo na nossa região e valorização do nosso património histórico.	Promover o turismo local e bem-estar dos utentes.
<b>Outubro</b>	Dia 01 – Dia Internacional do Idoso	Feira do Idoso: abertura das portas da instituição e convite à comunidade para participar na feira.	Promover a interação e convívio entre idosos e comunidade.	Aumento da autoestima e autonomia.
	Dia 09- Dia Internacional dos Correios	Escrever cartas e deixar no correio para criação de um intercâmbio com outra instituição.	Estimulação cognitiva e estabelecer parceria com outras instituições.	Promover o envelhecimento saudável e ativo.
<b>Novembro</b>	Dia 11 – Dia de São Martinho	Festa da Castanha	Promover o convívio e a socialização entre os idosos.	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual.
	Dia 14 – Dia Mundial da Diabetes	Sessão de sensibilização sobre hábitos saudáveis. Rastreio gratuito.	Desmistificar e sensibilizar para esta doença.	Aumento da qualidade de vida e níveis de bem-estar.
<b>Dezembro</b>	Natal Comemorações Natalícias	Almoço convívio de Natal e atividade intergeracional de trabalhos manuais (mini árvores de Natal).	Promover o convívio e a socialização entre os idosos e as suas famílias. Preservar tradições familiares. Promover a intergeracionalidade.	Desenvolver a motricidade fina, a destreza mental, a criatividade e o espírito de improvisação dos utentes. Convívio e socialização entre o idoso e a família.
<b>Comemoração do aniversário do/a cliente</b>		Oferta de bolo de aniversário. Festejo e momento fotográfico.	Valorizar a autoestima e o autoconceito. Fomentar o convívio e as relações interpessoais.	Valorização do aniversariante, aumento da autoestima, autoconfiança e autonomia.

## Refeitório/Cantina Social (RS)



**Resposta social desenvolvida em equipamento, destinada ao fornecimento de refeições ou géneros alimentares a indivíduos/famílias economicamente desfavorecidos, podendo integrar outras atividades, nomeadamente higiene pessoal e tratamento de roupas.**

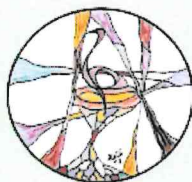
### **Objetivos do Refeitório/Cantina Social:**

- Dar auxílio e resposta alimentar a situações de grave carência social;
- Contribuir para a satisfação das necessidades de alimentação e melhoria da qualidade de vida da população carenciada da Freguesia de Almancil através do acesso a refeições ou a bens alimentares;
- Facilitar o acesso a cuidados de higiene pessoal e tratamento de roupas;
- Sinalizar/diagnosticar situações de pobreza e vulnerabilidade social tendo em vista um encaminhamento adequado.



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

## Refeitório/Cantina Social



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

### Estratégias de monitorização/avaliação do funcionamento da respostas social Refeitório/Cantina Social

- Atendimento e acompanhamento individualizado.
- Dar a conhecer às instituições da região e restante comunidade a existência desta resposta social.
- Melhorar a qualidade no funcionamento geral da resposta social.
- Integrar programas ou protocolos que permitam integrar mais beneficiários com apoio alimentar gratuito.
- Garantir a limpeza das instalações de armazenamento e recolha de alimentos.
- Promover ações de formação no âmbito do combate à exclusão social e desperdício alimentar.
- Combater o desperdício alimentar e garantir a qualidade das refeições confeccionadas.
- Estabelecer parcerias para aquisição de equipamentos e aumento da diversidade de géneros alimentares dos cabazes.
- Criar banco de voluntários da Instituição constituído preferencialmente com os beneficiários apoiados pela ASCA.
- Promover mais e melhor acompanhamento/formação aos colaboradores, nomeadamente através de reuniões de trabalho e acesso a ações de formação/sensibilização.
- Dar continuidade ao processo de implementação do Sistema de Gestão da Qualidade (SGQ), nomeadamente:
- Manter a rápida capacidade de resposta e consequente ausência de lista de espera, procedendo-se de forma eficiente e eficaz tendo em conta os critérios de candidatura e admissão;
- Realizar os encaminhamentos para respostas mais adequadas às especificidades de cada situação;
- Realizar os processos de reavaliação, analisando a eficiência dos mesmos;
- Criar e implementar estratégias e processos formativos para o incremento de atividades de higiene pessoal, tendo em vista hábitos de higiene e vida saudável;
- Diminuir as não conformidades detetadas, através de metodologias de análise de conteúdo, observação direta e quantitativas;
- Medir a satisfação dos utentes e das suas famílias face à qualidade e diversidade dos serviços, tendo em vista uma melhoria contínua;
- Avaliar a eficiência do cumprimento das Normas de Segurança e Higiene Alimentar, tendo em vista uma melhoria contínua;
- Avaliar a satisfação dos parceiros protocolados.

## Outros Programas Alimentares e Apoios

À semelhança dos anos anteriores, por forma a complementar a resposta social de Refeitório/Cantina Social e a crescente procura de apoio alimentar, pretende-se continuar a apresentar candidatura junto de programas e/ou entidades que visem o apoio alimentar e consequentemente gerir e distribuir os géneros alimentares na quantidade e periodicidade indicadas pelos mesmos.

- **Programa de Emergência Alimentar (PEA)**

O PEA comparticipa 25 refeições diárias. O acordo de parceria com o ISS tem tido um carácter trimestral que se vem renovando, situação que se pretende continuar a levar a cabo durante todo o tempo de vigência do referido programa.

- **Programa Pessoas 2030 – Privação de Material (PM)**

No âmbito do PM são financiadas ações de aquisição, transporte e armazenagem de géneros alimentares, de distribuição de géneros alimentares com 86 vagas em cabaz e 55 vagas de distribuição de cartões de crédito (cartão social) para aquisição de géneros alimentares em superfícies comerciais parceiras e de medidas de acompanhamento, com vista à inclusão social das pessoas mais carenciadas, sendo o montante a receber por cada entidade proporcional à quantidade de vagas atribuídas pela entidade coordenadora - Banco Alimentar Contra a Fome - Algarve (BACF - Algarve) complementada pela medida de acompanhamento realizada.

- **Programa de Apoio ao Desenvolvimento Social da Câmara Municipal de Loulé (Medida 5 – Apoio nas Respostas à Emergência Social)**

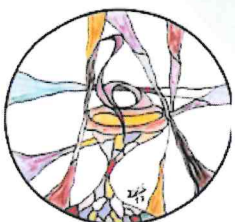
A Medida 5 tem um carácter de efémero constituída por um cabaz (de entrega preferencialmente única) onde mediante uma verba definida são adquiridos géneros alimentares para pessoas indicadas pelos serviços de ação social do município até o esgotamento da verba contratualizada.

- **Banco Alimentar Contra a Fome – Algarve (BACF – Algarve)**

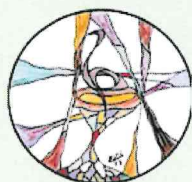
A parceria com o BACF Algarve engloba a recolha de alimentos, mas também bens não alimentares e ações de formação através da rede de apoio não alimentar Entreatajuda. Esta parceria deverá desenvolver-se nos moldes em execução e pelo tempo que a mesma se mantenha.

- **Supermercados Apolónia, Pingo Doce da Quinta do Lago e Pingo Doce de Vale do Lobo,** pretende-se manter a parceria a nível de doação de produtos alimentares.

- **O Conrad Algarve Hotel e o Agrupamento de Escolas de Almancil** são parceiros que apoiam contribuindo com doações de papel e cartão que a ASCA reverte em apoio alimentar através da campanha "Toneladas de Ajuda" em parceria com a ALGAR e o BACF – Algarve.



## ATENDIMENTO E ACOMPANHAMENTO SOCIAL



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

**Resposta social desenvolvida através de um serviço de primeira linha, que visa apoiar as pessoas e as famílias na prevenção e/ou reparação de problemas gerados por situações de exclusão social e, em certos casos, atuar em situações de emergência, para tentar minimizá-las ou eliminá-las.**

### Objetivos do AAS:

- Informar, orientar e encaminhar;
- Apoiar, através de metodologias próprias, pessoas/famílias em situação de dificuldade económica e/ou fragilidade social;
- Assegurar o acompanhamento social dos indivíduos e famílias, contribuindo para a promoção da sua autonomia e gestão do seu projeto de vida;
- Mobilizar recursos adequados as necessidades;
- Prevenir situações de exclusão social;
- Dotar as pessoas/famílias dos meios e recursos que possibilitem a construção de um projeto de vida estruturado e autónomo;
- Desenvolver uma parceria efetiva e dinâmica que articule a intervenção social dos diferentes agentes locais;
- Apoiar no requerimento de prestações sociais em falta para os utentes.

### Ações/ Serviços

- Atendimento e acompanhamento à população da Freguesia de Almancil
- Presença, na instituição, de uma Técnica Superior de Serviço Social, uma vez por semana (segundas-feiras das 09h00 às 17h00).
- Reuniões com os parceiros sociais.
- Representação da ASCA nas reuniões do Núcleo Local de Inserção (NLI) e do Núcleo de Planeamento e Intervenção Sem-Abrigo (NPISA).

## Recursos Humanos e Plano Anual de Formação

O capital humano de uma Instituição representa o principal impulsionador do seu crescimento, da definição de estratégias e da qualidade dos serviços oferecidos aos seus utentes. A ASCA mantém o compromisso de reforçar as competências e o desempenho dos seus colaboradores, incentivando a atualização contínua dos seus conhecimentos. Para tal, serão identificadas as necessidades de formação e elaborado um plano anual de formação, cuja eficácia é posteriormente avaliada tanto pelos formandos como pelos seus superiores.

A ASCA compromete-se igualmente a assegurar um número adequado de profissionais, ajustado às exigências dos utentes e ao tipo de cuidados necessários.

Em estreita colaboração com a Direção, Direção Geral e Direções Técnicas, o departamento de recursos humanos continua a investir nas oportunidades disponibilizadas pelo IEFP, nomeadamente nos programas de estágios curriculares e profissionais.

Ação de Formação	Previsão	Nº de Horas	Objetivo da Formação	Colaboradores
Atuação em Emergência e Primeiros Socorros-reciclagem	Março	25	Dotar de conhecimentos em socorrismo	Todos os Colaboradores
Simulacro - Evacuação em caso de Incêndio	Maio	8	Preparar para atuar em caso de incêndio	Todos os Colaboradores
Saúde Mental na 3ª Idade	Setembro a Dezembro 2026	25	Capacitar a equipa para melhorar o cuidado e o bem-estar emocional dos idosos, promovendo um ambiente seguro, humano e de qualidade.	Ajudantes de Ação Direta Coodenação Técnica Direção Técnica
Boas Práticas na Manipulação de alimentos-HACCP	Agosto	3	Manter a qualidade na manipulação de alimentos	Cozinha



## Áreas Transversais

- **Banco de Ajudas Técnicas**

Atribuição, sob forma de empréstimo, de ajudas técnicas a pessoas, em situação temporária ou permanente, de dependência/deficiência por motivos de perda de autonomia física ou psicológica.

As estratégias serão: dar a conhecer à comunidade a existência do referido banco e as suas condições de funcionamento e apelar à doação de ajudas técnicas.

- **Banco de Vestuário e Mobiliário**

Atribuição de vestuário e mobiliário à população carenciada.

As estratégias serão: dar a conhecer às Instituições da região e restante comunidade da existência deste Banco de Vestuário e Mobiliário e apelar à comunidade para a doação de vestuário e mobiliário.

- **Parque Geriátrico**

O parque geriátrico existente, visou dotar a Instituição de equipamentos que facilitem a prática de atividade física adaptada à terceira idade através da criação de espaços com os materiais adequados.

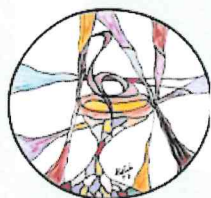
Continuar-se-á a fomentar a prática do exercício físico, a utilização do mesmo, com vista a prevenção do aparecimento de problemas de saúde e da perda de mobilidade decorrentes do sedentarismo próprio destes grupos etários.

As estratégias serão: implementar um circuito integrado para a prática de atividade física adaptada à terceira idade; divulgar a existência deste equipamento e promover ações de sensibilização para os utentes, funcionários e comunidade.



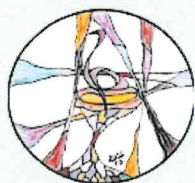
## Respostas de Apoio a Associados e à Comunidade

- Alimentação
- Lavandaria
- Transporte
- Transporte, alimentação e higiene habitacional
- Banco de ajudas técnicas
- Banco de roupa e mobiliário
- Ginásio e parque geriátrico
- Biblioteca
- Excursões e passeios
- Mercadinhos solidários
- Loja Solidária
- Pastelaria



PARCERIAS / PROTOCOLOS /ACORDOS

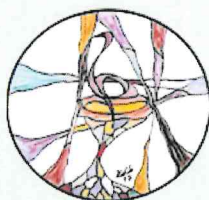
Dar continuidade à manutenção das relações institucionais abaixo enumeradas dinamizando sinergias continuará a ser uma preocupação da ASCA:



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

ENTIDADE	FORMAL	INFORMAL
Instituto da Segurança Social, I.P.	x	
Centro Distrital de Faro do ISS, I.P.	x	
Câmara Municipal de Loulé	x	
Junta de Freguesia de Almancil	x	
Centro de Saúde de Almancil		x
Corpo de Bombeiros Municipais de Loulé		x
Guarda Nacional Republicana de Almancil		x
Rede Social do Concelho de Loulé	x	
Comissão Social da Freguesia de Almancil	x	
IEFP – Instituto de Emprego e Formação Profissional		x
AEAlmancil – Agrupamento de Escolas de Almancil		x
URIPSS – União Regional das IPSS do Algarve	x	
ASMAL – Associação de Saúde Mental do Algarve		x
EAPN – Rede Europeia Anti Pobreza/Portugal – Núcleo	x	
BACF – Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve	x	
Projeto Mud@ki	x	
Séniore em Movimento – Sempre em Forma		x
Sport Clube Escanchinas de Almancil		x
Almancil International Rotary Club	x	
Wolf Valley Charity Fund		x
CPCCRD – Confederação Portuguesa das	x	
Centro Paroquial de São Lourenço - Almancil		x
<u>Christ The King Anglican Church</u>	x	
Supermercado Apolónia		x
Supermercados Pingo Doce		x
Infraquinta, E.M.	x	
Coro São Lourenço		x

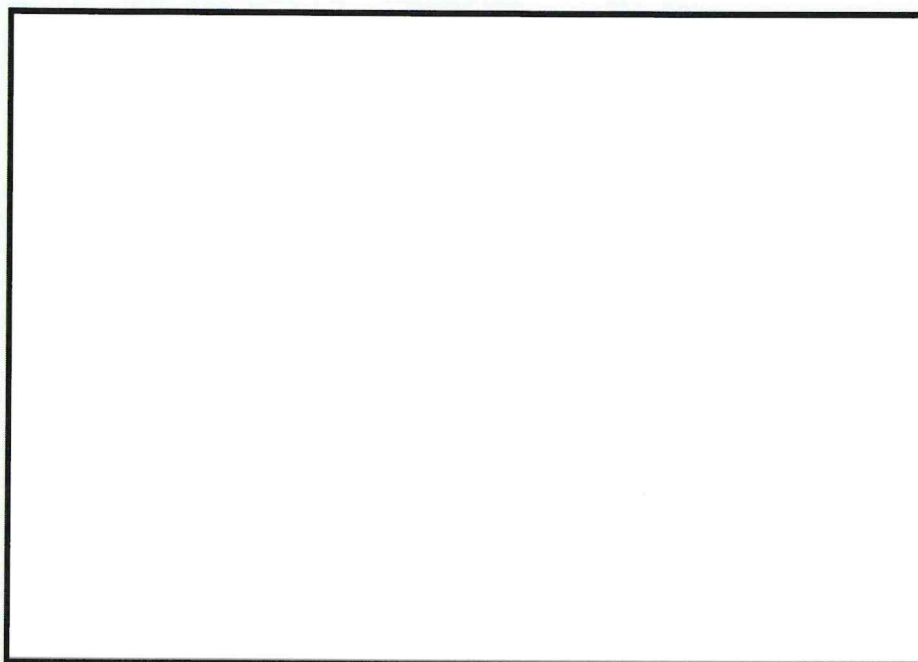
## Objetivos e Metas para 2026



Associação Social  
e  
Cultural de Almancil

- ERPI: oferecer acolhimento residencial de qualidade, centrado na pessoa idosa, promovendo bem-estar, autonomia e inclusão.
- Expansão ERPI: trabalhar para concretizar o alargamento da ERPI.
- Centro de Dia (CD): promover bem-estar, autonomia e integração social no apoio diurno, prevenindo isolamento e favorecendo envelhecimento ativo.
- Serviço de Apoio Domiciliário (SAD): prestar cuidados individualizados no domicílio, mantendo a autonomia e o bem-estar, retardando institucionalização e apoiando famílias.
- Enfermagem: garantir cuidados contínuos, seguros e humanizados, promover saúde e prevenção, e capacitar a equipa para melhorar qualidade de vida e segurança.
- Atividades Ocupacionais e Desenvolvimento Pessoal: estimular cognitivamente, fisicamente e emocionalmente os utentes, promovendo participação, socialização e envelhecimento ativo.
- Refeitório/Cantina Social (RS): fornecer alimentação adequada e apoio complementar a pessoas economicamente desfavorecidas, promovendo inclusão social.
- Programas Alimentares e Apoios: continuar e expandir programas de apoio alimentar.
- Atendimento e Acompanhamento Social (AAS): apoiar integralmente pessoas e famílias em vulnerabilidade, promovendo autonomia, inclusão social e acesso a recursos.
- Gestão de Recursos Humanos: garantir número adequado de profissionais e implementar plano anual de formação.
- Áreas Transversais: disponibilizar ajudas técnicas, vestuário e mobiliário, e incentivar atividade física adaptada à terceira idade.
- Apoio à Comunidade e Associados: Garantir respostas adequadas às necessidades da comunidade e associados.
- Parcerias e Protocolos: manter e reforçar colaborações estratégicas.

Aprovado pela Direção em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_



Aprovado pela Assembleia Geral em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

