

PLANO DE ATIVIDADES 2026

1
OK
Corr
Nigel
Almeida
AK
B.
Figs, Pura



Plano de Atividades /2026

Introdução

O Plano Anual de Atividades constitui um instrumento de planeamento estratégico que orienta a execução das ações e dos projetos a desenvolver pela Santa Casa da Misericórdia de Cerva. Este documento enquadra-se no contexto do triénio pastoral em curso, subordinado ao lema “Caminhar juntos, renovar a Esperança”, sendo o tema para o ano de 2026 “Partilhar uma esperança viva”.

As atividades delineadas para 2026 visam consolidar o compromisso com a melhoria contínua dos serviços prestados, reforçar a integração ativa dos utentes nos processos institucionais e promover a sustentabilidade organizacional. Pretende-se, assim, prosseguir um percurso de renovação institucional, assente num modelo de participação, escuta e colaboração, que valoriza o envolvimento de todos os atores sociais: colaboradores, órgãos sociais e voluntários que, de forma dedicada, contribuem para a prossecução da missão da Instituição: “Dar respostas sociais de qualidade, em espírito de misericórdia, servindo a comunidade.”

“Respostas Sociais”

Serviço de Apoio Domiciliário, Apoio Domiciliário Integrado e Apoio Domiciliário Noturno

A implementação deste plano de atividades será sustentada pelos princípios da melhoria contínua da qualidade dos serviços prestados e da promoção da satisfação dos utentes, através da adoção de metodologias e procedimentos eficientes e adequados às necessidades identificadas.

Objetivos de Intervenção

Na prestação deste serviço aos utentes estão subjacentes vários objetivos a concretizar:

1. Concorrer para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias;
2. Contribuir para a permanência dos Clientes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais;
3. Prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades biopsicossociais dos Clientes, sendo este objeto de contratualização;
4. Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;
5. Promover a dignidade da pessoa e oportunidades para a estimulação da memória, do respeito pela história, cultura, e espiritualidade pessoais e pelas suas reminiscências e vontades conscientemente expressas;
6. Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
7. Prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;

8. Promover estratégias de manutenção e reforço da funcionalidade, autonomia e independência, do autocuidado e da autoestima e oportunidades para a mobilidade e atividade regular, tendo em atenção o estado de saúde e recomendações médicas de cada pessoa;
9. Promover um ambiente de segurança física e afetiva, prevenir os acidentes, as quedas, os problemas com medicamentos, o isolamento e qualquer forma de maltrato;
10. Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
11. Reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores;
12. Promover os contactos sociais e potenciar a integração social;
13. Facilitar o acesso a serviços da comunidade.

Atividades/Ações a desenvolver no Ano de 2026

1. Cuidados e serviços

<u>Atividades/Serviços</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Calendarização</u>	<u>Indicadores de avaliação</u>
- Fornecimento e entrega de refeições - Higiene pessoal - Higiene Habitacional - Tratamento de roupa	- Prestar o serviço de apoio domiciliário, de acordo com a legislação aplicável e as orientações da Segurança social no sentido de contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes.	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Satisfação do cliente na qualidade do serviço prestado Registo de ocorrências e diligências Registo de cuidados pessoais e de saúde; Registo de apoio às atividades de vida quotidiana

2. Animação/Socialização/Atividades Ocupacionais

<u>Atividades/Serviços</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Calendarização</u>	<u>Indicadores de avaliação</u>
Auxílio nas compras e pagamento de serviços	Facilitar o acesso a serviços ao utente	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de apoio às atividades de vida quotidiana
Acompanhar na deslocação a entidades da comunidade	Responder às necessidades do utente, acompanhando-o ao exterior	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de apoio às atividades de vida quotidiana
Acompanhar a instâncias de saúde/marcação de consultas	Assegurar os cuidados de saúde dentro do âmbito da prestação de serviços	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de cuidados pessoais e de saúde
Auxílio em pequenas reparações ou tarefas no domicílio	Satisfação de necessidades	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de apoio às atividades de vida quotidiana

Passeio anual do idoso	Promover o convívio, e a ligação entre os idosos das respostas sociais de apoio domiciliário, centro de dia e ERPI	Maio de 2026 em local a definir	Registo de atividades socioculturais
Postal de Aniversário ao idoso	- Contribuir para o envelhecimento ativo. - Promover laços afetivos e socialização	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Modelo de registo de postal de aniversário
"Conversas do dia-a-dia"	- Estimulação cognitiva; - Estimular através da conversação; - Aumentar a autoestima e a autovalorização	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Registo de atividades ocupacionais
Exercícios de identificação de objetos, atenção e memória	Estimulação cognitiva, orientação, linguagem, raciocínio, atenção, memória, criatividade e cálculo mental.	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Registo de atividades ocupacionais

72
 J. Almeida
 P. Almeida
 P. Almeida

3. Acompanhamento Social

<u>Atividades/Serviços</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Calendarização</u>	<u>Indicadores de avaliação</u>
Visitas domiciliárias	- Acompanhamento individual e familiar numa lógica de proximidade; - Diagnóstico aprofundado das necessidades mais prementes do cliente; - Articulação com a família no sentido de promover a estimulação de competências e independência do utente, bem como hábitos de vida saudáveis; - Intervenção/ resposta ajustada às particularidades de cada situação; - Elaboração conjunta do Plano Individual e de Cuidados - Avaliação e aconselhamento de ajudas técnicas.	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Satisfação do cliente na qualidade do serviço prestado Registo de ocorrências e diligências

Atendimento social a utentes e familiares	Atendimento/acolhimento e esclarecimento quanto ao funcionamento das respostas sociais;	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de atendimentos sociais
Atendimento presencial e telefónico	- Promoção da integração social a utentes e familiares em situação de disfunção socioeconómica;		
Formação e sensibilização dos familiares e cuidadores informais	Responder às necessidades da família/descanso do cuidador, proporcionando informação e formação	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Registo de ocorrências e diligências
Articulação com a família	Procurar sensibilizar a rede familiar, quando existente, quanto à necessidade de assegurar um acompanhamento mais próximo, envolvendo os outros significativos no quotidiano do utente.	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias; Registo de ocorrências e diligências
Articulação com entidades da comunidade	Intervenção concertada quer na resposta às sinalizações recebidas, quer no encaminhamento adequado para entidades e serviços da comunidade.	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de ocorrências e diligências Ofícios enviados a entidades da comunidade

OK
Isabel Almeida
B.
Dij, luv

4. Coordenação e supervisão do serviço

Atividades/Serviços	Objetivos	Calendarização	Indicadores de avaliação
Melhorar a qualidade dos serviços prestados	Identificar as necessidades sentidas, com vista à melhoria da organização do SAD	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Satisfação do cliente na qualidade do serviço prestado
Acompanhamento e supervisão dos serviços	Avaliação dos serviços prestados aos utentes com intuito de se proceder a ajustes para colmatar eventuais descontentamentos	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Registo de ocorrências e diligências Satisfação do cliente na qualidade do serviço prestado
Ações de formação interna e externa	Promover o desenvolvimento de competências junto da	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de formação Material de apoio à

Isabel Almeida
AK
3
Deus Deus

	equipa do SAD; Motivar e qualificar a equipa; Promover o sentido de responsabilidade e profissionalismo.		formação
Reuniões com a Equipa de SAD	Debater problemas conjuntos identificados Criar laços de equipa Informar o estado biopsicossocial dos Clientes	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo/Formulário de reunião

Atividades específicas à Resposta Social de Apoio Domiciliário Integrado

<u>Atividades/Serviços</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Calendarização</u>	<u>Indicadores de avaliação</u>
Articulação com os serviços locais de saúde a prestação de cuidados aos utentes	Responder, atempadamente, a todas as situações que surjam	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Registos de cuidados pessoais e de saúde Registo de ocorrências e diligências
Prevenir situações de dependência	Prestar apoio adequado e individualizado a cada cliente, prevenindo situações de dependência	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de visitas domiciliárias Registos de cuidados pessoais e de saúde Registo de ocorrências e diligências

Atividades específicas à Resposta Social de Apoio Domiciliário Noturno

<u>Atividades/Serviços</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Calendarização</u>	<u>Indicadores de avaliação</u>
Telefonemas noturnos	Saber a situação real em que se encontram os utentes, bem como, combater, de certo modo, a sua solidão e isolamento	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de telefonemas noturnos
Acompanhar a serviços de urgências	Responder a todos os casos que surjam, no período noturno, acompanhando os utentes, a instâncias de saúde	De Janeiro de 2026 a Dezembro de 2026	Registo de ocorrências e diligências Registos de cuidados pessoais e de saúde

No decurso do ano de 2026, as respostas sociais de Apoio Domiciliário assumem o compromisso de prosseguir com a consolidação das boas práticas já implementadas, promovendo a sua sistematização e melhoria contínua. Esta orientação visa garantir uma resposta eficiente, humanizada e alinhada com os princípios da qualidade, da equidade e da centralidade na pessoa. É intensão desta Instituição, tendo em conta a debilidade mais acentuada dos nossos utentes, fazer candidatura a Projeto Piloto SAD + SAÚDE.

7
OL
Abm
Isabel Almeida
PP
S
Fina Dura

4- Centro de Dia (CD) e Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) - (30 + 11 utentes)

“Não é o tempo que envelhece as pessoas, é a falta de emoção.”

Charles Chaplin

O Plano de Atividades para o ano de 2026, das respostas sociais Centro de Dia e Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), foi elaborado com o propósito de promover a saúde, o bem-estar e a inclusão social dos nossos utentes, reforçando o compromisso de uma intervenção centrada na pessoa, colocando a dignidade, o respeito e a ligação humana no centro da prestação de cuidados.

Este plano reflete a continuidade de um trabalho em equipa, que diariamente procura responder, da melhor forma possível, às necessidades e expectativas de cada um. Pretendemos assim, dar continuidade às boas práticas e introduzir novas dinâmicas e conhecimentos, no sentido de lhes proporcionar um envelhecimento condigno, saudável e bem-sucedido.

No âmbito das atividades socioculturais, ao longo do ano, serão desenvolvidas atividades diversificadas, que visam estimular as dimensões física, cognitiva, emocional e social. Também nos iremos debruçar sobre o tema “Emoções com coração”, indo de encontro ao Projeto Educativo da Creche e Pré-Escolar. Temos por finalidade, através de propostas lúdicas e terapêuticas, estimular a partilha de experiências, a valorização das histórias de vida, a expressão de emoções através da arte/palavra/movimento, bem como, fortalecer a capacidade de empatia e de lidar com as diferentes emoções e sentimentos. As emoções acompanham-nos em todas as etapas da nossa vida e são determinantes no bem-estar físico, psicológico e social. Reconhecer e expressar aquilo que sentimos contribui para uma maior qualidade de vida e reforça os laços interpessoais.

Importa referir que a planificação das atividades poderá ser sujeita a alterações, mediante oportunidades ou restrições (apresenta-se nos quadros em anexo).

Indicadores das atividades socioculturais:

- Registo e avaliação das atividades: nº de participantes, avaliação do desempenho e satisfação dos utentes. Nas atividades baseadas em datas comemorativas é realizado um registo mais detalhado.

Atividades em destaque, referente às atividades socioculturais:

8
Top
Tiguel
Alameda
AS
B
Trigo Du

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Cantar dos Reis - Deslocação a vários lugares da freguesia	-Fomentar convívio e partilha; - Incrementar participação ativa; -Valorizar usos e costumes.	Animadora, Psicóloga, Ajudantes de Ação Direta, Motoristas	Instrumentos Musicais; Carrinhas da Instituição	Vários lugares da Freguesia	6 a 8 de janeiro – 10h às 12h e das 14h às 16h
Comemoração do Dia Internacional do Riso	- Salientar os benefícios: físicos, psicológicos, emocionais e sociais do bom humor.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de atividades da ERPI e CD	19 de janeiro
Dia Mundial do Puzzle – elaboração de puzzles (imagem escolhida por cada utente(ex: foto pessoal)	-Estimular as capacidades cognitivas (ex.: raciocínio lógico, atenção/concentração, percepção); -Promover momentos de convívio e partilha.	Animadora, Psicóloga,	Puzzles de vários níveis dificuldade	Sala de atividades	29 de janeiro
Comemoração do Dia da Senhora das Candeias	- Manter a tradição religiosa dos utentes; - Promover a fé e o apoio espiritual.	Animadora	Velas	Sala de atividade ou igreja	2 de fevereiro
Comemoração do Dia Internacional do Amor/Amizade – “Semana do amor”: atividades diversificadas	- Promover os afetos; - Trabalhar as emoções e gestos de amizade e empatia pelo outro.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	10 a 13 de fevereiro
Comemoração do Carnaval - Elaboração de disfarces e desfile pelas ruas de Cerva	- Promover momentos de alegria e bem-estar; - Preservar costumes.	Equipa de Trabalho	Diversos	Ruas de Cerva	Carnaval a 17 de fevereiro Desfile: 13 de fevereiro
Vivência do Tempo Pascal - Realização da Via Sacra (às 6ª feiras) trabalhos manuais; est. cog e sensorial; encenação de uma peça de teatro;	- Manter a tradição religiosa dos utentes; - Valorizar os afetos; - Promover a orientação temporal e a capacidade funcional; - Melhorar a comunicação e expressão corporal; - Promover autoestima e autoconfiança.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	Período da Quaresma – 18 fevereiro a 2 de abril Apresentação da Peça de Teatro – 2 de abril
Comemoração do Dia Internacional da Mulher – “Salão de beleza”	- Promover a autoestima, autoconfiança e o sentimento de pertença.	Animadora, Ajudantes de Ação Direta	Diversos	Salas de atividades da ERPI e CD	6 de março
Comemoração do Dia do Pai - Elaboração de uma lembrança	- Reforçar a importância das relações familiares e dos afetos; - Homenagear a figura paterna.	Animadora	Diversos	Salas de atividades da ERPI e CD	19 de março

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Comemoração do Equinócio da Primavera - Decoração das instalações e realização de outras atividades (ex.: est. cog. e sensorial) alusivas à estação do ano; - Plantação de flores/plantas na varanda da instituição	- Promover a orientação temporal; - Estimular a motricidade fina e os sentidos; - Promover a capacidade funcional; - Promover o convívio e o bem-estar.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de atividades da ERPI e CD e varanda da Instituição	20 de março Ao longo da primavera
Comemoração do Dia Internacional da Felicidade – ação de conscientização	- Refletir sobre a importância das emoções, nomeadamente as emoções positivas para a saúde mental	Psicóloga	Diversos	Salas de atividades da ERPI e CD	20 de março
Comemoração do Dia da Diversão no Trabalho	- Reconhecimento pelo trabalho desempenhado; - Promover o bem-estar e a motivação; -Promoção do sentimento de pertença ao grupo.	Animadora	Diversos	Salas de atividades da ERPI e CD	1 de abril
Dia Mundial da Saúde- jogos e dinâmicas de grupo	- Promover a saúde e o bem-estar; - Sensibilizar para adoção/manut. comportam./hábitos que melhoram a saúde física e mental	Animadora, Psicóloga, Enfermeira	Diversos	Sala de atividades	7 de abril
Celebrar o 25 de abril Dinâmica de grupo sobre antes e após a revolução- elaboração de cravos	- Promover as reminiscências; - Aumentar sentido crítico; - Promover a partilha de experiências	Animadora	Diversos	Sala de atividades	24 de abril
Comemoração do Dia da Mãe - Elaboração de uma lembrança	- Sensibilizar para a importância das relações familiares e dos afetos; - Valorizar a figura materna.	Animadora	Diversos	Salas de atividades da ERPI e CD	30 de abril
Celebração 13 de maio - Transmissão em direto das celebrações do Santuário de Fátima	- Manter a tradição religiosa dos utentes; - Promover a fé.	Animadora	TV	Salas de Atividades da ERPI e CD	13 de maio
Comemoração do Dia Internacional da Família – Dinâmica entre os utentes e os familiares	- Promover a reflexão partilhada sobre a importância da família; - Valorizar os afetos; - Promover o convívio	Animadora; Psicóloga; Educadoras	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e do CD	15 de maio
Comemoração do Dia dos Museus Visita à rota de museus de Ribeira de Pena	- Favorecer a cultura e conhecimento - Promover lazer, convívio e bem-estar	Animadora, Ajudantes de Ação Direta	Diversos Autocarro ou carrinhas	Ribeira de Pena	18 de maio
Comemoração do Dia dos Jardins Passeio ao Jardim Botânico do Porto	- Proporcionar momentos de convívio e socialização; - Promover o contacto com a natureza.	Equipa de trabalho	Diversos Autocarro	Porto	25 de maio/dia a definir para a realização do passeio

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Passeio Anual do Idoso	- Promover o convívio Intrainstitucional; - Proporcionar momentos de alegria e bem-estar.	Equipa de trabalho ERPI, CD e SAD	Diversos; Autocarro	Local a definir	maio (6ª feira a definir)
Idas à Praia Fluvial	- Promover momentos de lazer e de convívio.	Animadora, Ajudantes de Ação Direta, Motoristas	Carrinhas	Praia Fluvial de Cerva	Ao longo do mês de maio e junho
Comemoração dos Santos Populares – Decoração das instalações e almoço típico no Parque de merendas da Sra. da Graça, com visita ao Santuário da Nossa Senhora da Graça	- Promover a orientação temporal; - Estimular competências; - Preservar a identidade cultural dos utentes; - Proporcionar momentos de alegria e bem-estar.	Equipa de Trabalho	Diversos, Autocarro	Salas de atividades da ERPI e CD Santuário da Nossa Sra. Da Graça e Parque de Merendas	Ao longo do mês de junho; Almoço (dia a definir) junho
Comemoração do Solstício de Verão - Decoração das instalações e realização de outras atividades (ex.: est. cog. e sensorial) alusivas à estação do ano	- Promover a orientação temporal; - Estimular a motricidade fina e os sentidos; - Promover a capacidade funcional.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	21 de junho Ao longo do verão
Passeio à Praia	- Promover momentos de lazer e convívio; - Promover o contacto com a natureza.	Animadora, Psicóloga, Ajudantes de Ação Direta	Diversos; Autocarro	Local a definir	1ª quinzena de julho (dia a definir)
Comemoração do Dia da Pizza – atividade intergeracional (confeção de pizzas)	- Estimular a motricidade fina e os sentidos; - Promover o convívio e o bem-esta.	Animadora, Educadoras, Ajudantes Ação Educativa	Diversos	Local a definir	10 de julho
Dia Internacional do Amigo	- Promover os afetos e valorizar as amizades.	Animadora	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	21 de julho
Comemoração do Dia Mundial dos Avós	- Destacar/valorizar o papel dos avós no seio da família; -Reforçar o respeito pelos mais velhos; - Promover os afetos entre avós e netos.	Animadora	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	24 de julho
Comemoração do Dia do Artista – criação de trabalhos artísticos (barro/pintura de tela, etc)	- Promover a imaginação e criatividade; - Estimular a motricidade fina e os sentidos; - Fomentar momentos de convívio e partilha.	Animadora	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	24 de agosto

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Passeio ao Santuário do Bom Jesus e Sameiro	- Fomentar o enriquecimento cultural; - Promover momentos de lazer e convívio.	Equipa de trabalho	Diversos	Braga	1ª quinzena de setembro (Dia a definir)
Comemoração do equinócio de Outono - Decoração das instalações e realização de outras atividades (ex.: est. cog. e sensorial) alusivas à estação do ano.	- Promover a orientação temporal; - Estimular a motricidade fina e os sentidos; - Promover a capacidade funcional.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	23 de setembro Ao longo do outono
Comemoração do Dia Internacional do Idoso	- Sensibilizar para a necessidade de proteger, cuidar e garantir os direitos da população mais idosa; - Partilhar afetos; - Lanche convívio.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	1 de outubro
Desfolhada	- Preservar tradições; - Promover momentos de alegria e bem-estar.	Animadora, Ajudantes Ação Direta, Motoristas	Diversos	Quinta do Cerrado	Durante o mês de outubro
Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental – ação conscientização	- Promover a saúde e o bem-estar; - Sensibilizar quais os sinais de alerta/risco para a saúde mental e o seu impacto; - Ferramentas individuais de gestão do stress (ex: gestão/regulação de emoções);	Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	9 de outubro
Comemoração do Dia Mundial da Alimentação – ação de conscientização; dinâmica de grupo	- Informar qual a relação entre comida e emoções; -Diferenciar fome física de fome emocional; -Porque é que o nosso cérebro gosta de açúcar; - Promover a saúde e o bem-estar.	Psicóloga, Animadora	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	16 de outubro
Comemoração do Dia Mundial do AVC – ação de conscientização	Informação sobre sintomas; como prevenir e agir	Animadora, Enfermeira	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	29 de outubro
Comemoração do Dia de S. Martinho – Atividades alusivas ao dia; Convívio intergeracional; Almoço típico	- Preservar tradições; - Promover momentos de alegria e bem-estar.	Equipa de trabalho	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	11 de novembro

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Vivência da Época Natalícia e Ano Novo - Decoração das instalações; Atividades alusivas à época festiva e Almoço de Natal.	- Preservar tradições; - Promover a orientação temporal; - Estimular a motricidade fina e os sentidos; - Promover a capacidade funcional; - Promover a união e os afetos; - Promover a expressão de emoções e sentimentos.	Animadora, Psicóloga Equipa de trabalho	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	Ao longo do mês de dezembro; Almoço de Natal (Dia a definir)
Comemoração do Solstício de Inverno - Decoração das instalações e realização de outras atividades (ex.: est. cog. e sensorial) alusivas à estação do ano	- Promover a orientação temporal; - Estimular a motricidade fina e os sentidos; - Promover a capacidade funcional.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	21 de dezembro A partir do dia 26 de dezembro até ao término do inverno

Atividades Diárias/Semanais/Ocasionais

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Jogos de mesa: dominó, cartas, damas, xadrez, jogo do galo	- Promover o entretenimento, convívio e competição salutar.	Animadora	Jogos variados	Salas de Atividades da ERPI e CD	Diariamente
Jogos coletivos: Bowling, Cordas, Glória, Memória, Gato, Alvo, Balão, Bingo (este último com entrega de prémio)	- Proporcionar a prática de atividade física; - Promover momentos de diversão e convívio.	Animadora	Jogos variados	Salas de Atividades da ERPI e CD	Diariamente
siosLIFE	- Fomentar uma vida ativa e saudável; - Promover a realização individual; - Capacitar para a utilização das novas tecnologias.	Animadora, Psicóloga	Equipament o específico da siosLIFE	Salas de Atividades da ERPI	Diariamente
Recitação do Terço	- Proporcionar momentos de oração e devoção; - Manter a tradição religiosa dos utentes; - Promover a fé.	Equipa de trabalho	Sistema siosLife/TV: YouTube	Salas de Atividades da ERPI e CD	Diariamente
Eucaristia	- Proporcionar momentos de oração e devoção; - Promover a fé.	Sr. Padre, Equipa de trabalho	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	4ª feiras Plano de Atividades 2026

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Momento da Partilha/Dinâmicas de Grupo	- Partilhar e valorizar vivências, costumes, tradições e conhecimentos; - Estimulação de competências; - Fomentar a aprendizagem.	Animadora, Psicóloga	Diversos	Salas de Atividades da ERPI e CD	2ª feiras e ocasionalmente
Estimulação cognitiva e sensorial para utentes com Envelhecimento Normal	- Promover a saúde mental e prevenir o declínio cognitivo; - Promover a estimulação cognitiva e sensorial; - Promover a capacidade funcional dos utentes; - Promover a aprendizagem.	Psicóloga	- Livro/exercícios, lápis, lápis de cor, borrachas; - Instrumentos musicais e objetos de uso diário.	Salas de Atividades da ERPI e CD	2ª, 4ª e 5ª feiras
Estimulação cognitiva e sensorial para utentes com Demência	- Promover a manutenção e a reabilitação cognitiva e sensorial; - Promover a estimulação cognitiva e sensorial; - Promover a capacidade funcional dos utentes.	Psicóloga	Livro/exercícios, imagens, silicone, instrumentos musicais, tecidos, botões, artigos com diferentes cores, texturas, aromas.	Salas de Atividades da ERPI e CD	2ª, 4ª e 5ª feiras
Yoga do Riso	- Promover a saúde e o bem-estar; - Melhorar a gestão do stress; - Fomentar o otimismo, a autoconfiança e a criatividade; - Promover o relacionamento interpessoal, potenciando o espírito de união/companheirismo.	Psicóloga	Rádio, Cd's, balões, disfarces.	Salas de Atividades da ERPI e CD	3ª feiras
Relaxamento	- Diminuir estados de tensão e ansiedade; - Induzir o relaxamento, proporcionando bem-estar físico e psicológico; - Aumentar a eficácia ao nível da atenção/concentração.	Psicóloga	Rádio, Cd, TV: You Tube	Salas de Atividades da ERPI e CD	3ª feiras
Ginástica	- Promover a saúde e o bem-estar; - Incentivar os utentes a manterem-se ativos; - Promover a autonomia.	Professor de Educação Física; Animadora	Acessórios de Ginástica (cordas, bolas, pesos, elásticos, arcos, etc...)	Salas de Atividades da ERPI e CD	3ª e 6ª feiras
Comemoração dos aniversários dos utentes	- Preservar a identidade do utente; - Promover a autoestima; - Estimulação dos movimentos através da música.	Equipa de Trabalho	Bolo confeccionado na Instituição, Faixa Decorativa	Refeitório da ERPI e CD	Aquando do dia de aniversário dos utentes

Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais/ Logísticos	Recursos Físicos	Calendarização
Expressão Plástica	-Produzir pequenos trabalhos; - Estimular a criatividade; - Potenciar a agilidade manual, coordenação psicomotora e os sentidos; - Promover a autoconfiança e a autoestima; - Promover a orientação temporal (decoração das Instalações alusiva às estações do ano e épocas festivas).	Animadora; Psicóloga	Colas, tintas, tesouras, lápis /marcadores de colorir; papéis; cartões variados, etc.	Salas de Atividades da ERPI e CD	6ª feiras
Expressão Corporal/Dança	- Estimular os movimentos através da música; -Promover a espontaneidade e a expressão das emoções; - Proporcionar momentos de alegria e bem-estar.	Animadora	TV, Rádio, Cd's	Salas de Atividades da ERPI e CD	Aquando do dia de aniversário dos utentes - "Tarde dançante"
Expressão Dramática	- Promover a criatividade e a comunicação; - Reforçar o sentimento de pertença ao grupo.	Animadora	Disfarces, rádio.	Salas de Atividades da ERPI e CD	Ocasionalmente
Cinema	- Possibilitar o enriquecimento cultural; - Valorizar os gostos dos utentes.	Animadora	Computador, Projetor.	Salas de Atividades da ERPI e CD	Ocasionalmente
Sessões de Conscientização	- Conscientizar os utentes relativamente a algumas temáticas; - Facilitar a assimilação de conhecimento.	Animadora, Psicóloga, Enfermeira	Computador, Projetor.	Salas de Atividades da ERPI e CD	Ocasionalmente

5 - CRECHE E PRÉ-ESCOLAR /Ano letivo 2025/2026 (42 + 32 utentes)

O Projeto Educativo é um documento que define a orientação educativa da escola (Creche e Pré-escolar da Misericórdia de Cerva), no qual se apresentam os princípios, os valores, os objetivos e as estratégias que orientam a forma como a escola pretende cumprir a sua missão educativa, conforme estabelecido no Decreto-Lei n.º 137/2012.

Para os próximos 4 anos o projeto Educativo intitula-se: **"Arte com o coração"** e para este 1º ano o subtema é **"A paleta das emoções"** onde se pretende promover o desenvolvimento emocional e social, estimulando a empatia, a criatividade e a comunicação não verbal. Ao trabalhar com diferentes materiais e técnicas (pintura, música, movimento, dramatização, modelagem, etc.), as crianças são

convidadas a “pintar o que sentem”, desenvolvendo a sua capacidade de identificar e partilhar sentimentos de forma positiva e construtiva.

As atividades que propomos são:

Calendarização	Designação da Atividade	Descrição da Atividade	Objetivos	Intervenientes	Material
1º Período	01/09/2025	Receção/Integração	. Receber/acolher as crianças e pais; . Dar as boas vindas ao novo ano letivo; . Explorar os espaços.	. Comunidade educativa	Todo o material das salas
	Durante o mês de outubro	Reunião de Pais	. Apresentação do Projeto Educativo e Plano Anual de Atividades.	. Comunidade educativa	Documentação em papel; PowerPoint
	Início a 22 de setembro e desenvolvido ao longo da estação	Outono	. Jogar com o Outono; . Criação de jogos com recurso a elementos naturais característicos do Outono.	. Comunidade educativa	. Materiais diversos de desgaste; . Elementos naturais; Aparelhagem de som
	16/10/2025	Dia da Alimentação Exploração/degustação de vários frutos.	. Distribuição de um ingrediente/alimento saudável, onde cada sala explora esse elemento com uma história ou um vídeo.	. Comunidade educativa	. Alimentos variados; . Utensílios de cozinha; . Equipamento informático, Livros
	11/11/2025	Magusto Venda de castanhas pela comunidade; . Comemoração do Dia de São Martinho	. Recolha das castanhas nas famílias; . Preparar e assar as castanhas; . As crianças vêm vestidas a rigor de casa.	. Comunidade educativa	. Castanhas; . Folhas de jornal
	Durante o mês de novembro	Feira de Outono	. Recolha de alguns produtos pelas famílias e colaboradores.	. Comunidade Educativa; . Famílias	Todos os produtos e que possam fazer parte de uma feira de Outono

	Durante o Ano letivo	Projeto Educativo: "Arte com o Coração" (Paleta das Emoções)	. Realização de atividades diversificadas, ajustadas aos interesses e necessidades específicas de cada sala.	. Ajudar a criança a reconhecer as suas emoções (saber ler os sinais corporais de determinada emoção)	Comunidade Educativa	. Materiais diversos
	20/11/2025	Dia Nacional do pijama	. A criança vem vestidas de pijama; . Dinamização de Canções e histórias.	. Sensibilizar as crianças para a solidariedade	. Comunidade Educativa	. Livro . Leitor de CD
	Durante o mês de dezembro Festa de Natal (19/12/2025)	Natal	. Elaboração de uma lembrança de natal; . Elaboração de motivos alusivos ao Natal; . Realização da Festa de Natal com apresentações.	. Manter tradições; . Sensibilizar as crianças para o Natal; . Aprender a ser solidário.	. Comunidade Educativa; . Famílias	. Jogos; . Livros; . Canções de Natal; . Materiais de desgaste.
	Início a 21 de dezembro e desenvolvido ao longo da estação	Inverno	. Atividades alusivas ao inverno;	. Conhecer aspetos relativos à estação do Inverno	. Comunidade Educativa;	. Materiais diversos de desgaste; . Elementos naturais.
	06/01/2026	Reis	. As crianças deslocam-se pela comunidade para cantar os reis.	. Comemorar o dia de Reis; . Promover o sentido de identidade cultural.	. Comunidade Educativa;	Música
2.º Período	20/01/2026	Dia de S. Sebastião	Cada sala confeciona o seu pão e partilhar entre as crianças de sala.	. Reviver tradições locais.	. Comunidade Educativa;	Ingrediente s; Utensílios de cozinha; Cozinha
	13/02/2026	Carnaval	Desfile de Carnaval das crianças da instituição pelo meio envolvente, com acompanhamento de música ao longo do desfile	. Promover a criatividade das crianças.	. Comunidade Educativa;	. Materiais de desgaste; . Aparelhagem de som; . Espaço exterior.
	19/03/2026	Dia do Pai	Preparação de uma prenda para o dia do Pai.	. Reconhecer a importância da família e do pai; . Educar para os valores da família;	. Comunidade Educativa;	. Materiais diversos de desgaste.

				. Proporcionar momentos de partilha e cumplicidade entre pais e filhos.		
	Início a 20 de março e desenvolvido ao longo da estação	Primavera	. Atividades alusivas à Primavera	. Conhecer aspetos relativos à estação da Primavera	. Comunidade Educativa;	. Materiais diversos de desgaste.
	23/03/2026	Dia da árvore	Plantação de uma árvore;	Desenvolver o valor da solidariedade e respeito pela terra.	Comunidade Educativa;	Árvore
	02/04/2026	Páscoa	Caça aos ovos;	Proporcionar momentos de partilha e cumplicidade entre pares.	Comunidade Educativa;	Ovos cozidos; Cestas.
3.º Período	30/04/2026	Dia da Mãe	Elaboração de uma prenda para o dia da mãe.	. Reconhecer a importância da família e da mãe; . Educar para os valores da família; . Proporcionar momentos de partilha e cumplicidade entre mães e filhos.	Comunidade Educativa;	Materiais diversos de desgaste.
	15/05/2026	Dia Mundial da Família	. Comemorar o dia da família junto dos idosos em centro de dia.	. Consciencializar para a importância da união e compreensão entre os diferentes familiares; . Valorizar a história de vida, as experiências e a sabedoria adquirida ao longo da vida de cada pessoa idosa.	Comunidade Educativa;	Materiais diversos
	01/06/2026	Dia da criança	Realização de várias atividades;	. Festejar o dia dando oportunidade de novas descobertas; . Desenvolver a criatividade e a	Comunidade Educativa;	. Materiais diversos

OK
J. Gabriel
Almeida
R. B.
R. B.

			imaginação das crianças; . Promover a aquisição de valores e atitudes responsáveis das crianças; . Proporcionar um dia alegre e diferente.		
Durante o 3º Período	Visita ao 1.º Ciclo	Interagir com as crianças da escola do 1º ciclo	. Conhecer o novo espaço e a nova realidade; . Promover a socialização com outras crianças; . Facilitar o processo de transição para o 1º Ciclo.	Comunidade Educativa;	. Materiais diversos
26/06/2026	Festa de Finalistas	. Festa de encerramento das atividades pedagógicas.	. Promover o convívio entre as famílias e a comunidade.	Comunidade Educativa;	. Materiais diversos
Data a definir	Passeio de Final de Ano	Realização de um passeio que vá ao encontro dos interesses, curiosidade e necessidades de desenvolvimento das crianças, promovendo aprendizagens significativas em contextos reais e estimulantes.	. Estimular a curiosidade natural das crianças através da exploração de novos ambientes; . Desenvolver a autonomia, a responsabilidade e as regras de convivência em contextos fora do ambiente escolar. . Desenvolver a linguagem oral através da partilha de experiências antes, durante e depois da visita.	Comunidade Educativa;	Transporte coletivo;

Julho e Agosto

Designação da Atividade	Descrição da Atividade	Objetivos	Intervenientes	Material
Projeto de Verão	. Dinamização de semanas temáticas a definir pelas diversas salas	. Promover o convívio entre as crianças, e toda a comunidade educativa.	Comunidade Educativa;	Transporte; Piscinas; Ateliers; Elementos da Natureza.

6. ESTRUTURAS DE APOIO

1. – COZINHA

Continuará responsável pela preparação dos alimentos destinados às refeições diárias, em conformidade com a ementa estabelecida, tendo em conta as necessidades específicas dos beneficiários, abrangendo todas as respostas sociais;

Em ocasiões festivas e nas atividades de lazer previamente organizadas, confeccionará os pratos ou iguarias, de acordo com o plano definido;

Assegurará a limpeza dos equipamentos, utensílios, materiais utilizados e das respetivas áreas de trabalho;

Cumprirá as normas de higiene e segurança alimentar previstas na legislação em vigor, nomeadamente as orientações do sistema HACCP.

2 - QUINTA DO CERRADO

Continua a dedicar-se ao cultivo de produtos hortícolas destinados ao consumo próprio.

3 - CANTINA SOCIAL

Prevê-se continuar com a manutenção do Acordo estabelecido com o Instituto de Segurança Social, abrangendo 12 beneficiários.

4 - POAPMC – Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas

Prevê-se, para o próximo ano, a continuidade do Protocolo estabelecido com a Cáritas Diocesana de Vila Real, enquanto entidade mediadora, no âmbito da distribuição de géneros alimentares à comunidade, abrangendo todo o concelho de Ribeira de Pena. A distribuição mensal de alimentos será mantida, beneficiando até um máximo de 88 pessoas sinalizadas pelas equipas do SAS, RSI e Segurança Social. A Assistente Social desta Instituição permanecerá responsável pela coordenação e acompanhamento de todo o processo.

5 – LAVANDARIA

Tratamento de roupa (dias úteis):

- Realização diária do tratamento da roupa dos utentes e colaboradores da ERPI, Centro de Dia, Creche, Jardim de Infância e Serviço de Apoio Domiciliário.

OK
Com
Isabel
Almeida
AM
S
Peggy Lima

- Inclui também o tratamento de toda a roupa necessária ao funcionamento da Instituição, nomeadamente:

- Atoalhados;
- Roupa de cama;
- Toalhas de mesa;
- Panos e outros artigos têxteis.

92
Con
Isabel
Almeida
AP
B.
Dicas, Res

Colaboração com o Serviço de Bombeiros da localidade:

- Continuação da prestação de apoio através da lavagem, secagem e tratamento de lençóis e cobertores. Estes artigos são utilizados no transporte de pacientes e sinistrados para os hospitais.

6 – SERVIÇO DE TRANSPORTES

Tarefas diárias:

Transporte de utentes: realização do transporte diário de crianças e idosos entre os seus domicílios e a Instituição, e vice-versa.

Distribuição de refeições: entrega das refeições ao domicílio aos beneficiários do Serviço de Apoio Domiciliário.

Serviços externos: execução de diversas diligências, nomeadamente:

Deslocações à farmácia;

Acompanhamento de idosos ao cabeleireiro, Centro de Saúde, laboratório de análises clínicas em Cerva, dentista e outras entidades ou serviços necessários.

Manutenção das viaturas: verificação e conservação regular de todas as viaturas pertencentes à Instituição.

Tarefas semanais:

Limpeza das viaturas: realização da limpeza obrigatória das viaturas institucionais, de acordo com o mapa de atribuições definido.

7 – SECRETARIA – prosseguirá com:

- **Atendimento e acompanhamento:** Garante orientação e acompanhamento a utentes e colaboradores da Instituição, promovendo um atendimento de qualidade.
- **Gestão documental e contabilística:** Trata a correspondência diária, organiza e arquiva digitalmente documentos contabilísticos, assegurando a sua entrega ao Gabinete de Contabilidade Normas e Critérios, Unipessoal.

- **Atualização de processos:** Mantém atualizados os processos de utentes e do pessoal de serviço, efetuando todas as alterações necessárias em conformidade com a legislação vigente.
- **Processamento de salários:** Colabora com a Gestão na preparação e processamento dos salários do pessoal.
- **Gestão de pagamentos e recebimentos:** Prepara pagamentos e regista recebimentos, submetendo-os à autorização da Mesa Administrativa.
- **Cumprimento legal:** Assegura o cumprimento das obrigações legais perante o Estado.
- **Segurança e emergência:** Mantém vigilância e prontidão em emergências, garantindo a integridade da estrutura sempre que o alarme de incêndio é acionado.
- **Organização do transporte:** Substitui motoristas quando necessário e colabora com a Gestão na organização do serviço de transporte de utentes.

8 – DIREÇÃO DE SERVIÇOS/ GESTÃO

- Regista e acompanha as ocorrências institucionais, partilhando-as com a Mesa Administrativa.
- Organiza a gestão do pessoal e dos utentes em todas as respostas sociais e serviços comuns, adaptando-se a alterações decorrentes de situações imprevistas ou orientações da DGS e da Segurança Social.
- Promove ações de formação, presenciais ou à distância, em colaboração com entidades credenciadas, conforme o plano de formação e as necessidades específicas dos colaboradores.
- Recebe, analisa e encaminha a correspondência eletrónica para os destinatários competentes, após despacho da Direção.
- Acompanha a prestação de serviços em todas as respostas sociais e serviços comuns, assegurando qualidade e eficácia.
- Reúne e dialoga, de forma formal e informal, com responsáveis e colaboradores, promovendo a partilha de experiências e melhorias contínuas nos serviços prestados.
- Atende utentes, famílias e outras pessoas, fornecendo respostas adequadas a cada necessidade apresentada.
- Recebe representantes de empresas interessadas em apresentar produtos ou serviços à Instituição.

- Representa a Instituição em eventos, sessões de informação, reuniões de Secretariados Nacionais e Regionais da CNIS e UMP, assembleias gerais, seminários e ações de formação, reuniões e intervenções na EAPN – núcleo Distrital de Vila Real, seguindo as orientações da Direção.

Al
Almeida
Almeida
Almeida
Almeida

9 – SERVIÇO DE ENFERMAGEM

- **Atualização de Processos de Utentes:** Mantem os processos dos utentes atualizados, assegurando o registo correto das informações e a conformidade com os requisitos institucionais e legais.
- **Marcação de Consultas e Acompanhamento:** Efetua a marcação de consultas e, em colaboração com a gestão, garante o acompanhamento contínuo do utente durante o processo.
- **Execução de Tratamentos e Cuidados:** Realiza pequenos tratamentos e curativos, bem como a colocação de algalias e sondas Naso gástricas, conforme necessário.
- **Verificação de Lote e Validade de Medicamentos:** Realiza verificações periódicas dos lotes e validade dos medicamentos e materiais clínicos, garantindo a segurança e a qualidade dos mesmos.
- **Preparação de Caixas de Medicação:** Prepara as caixas de medicação, organizando e distribuindo os medicamentos de acordo com a prescrição médica.
- **Monitorização de Utentes de ERPI e Centro de Dia:** Trabalha com os utentes de ERPI e Centro de Dia, interagindo regularmente com eles, além de realizar medições como pressão arterial, febre, peso, glicémia, oxigénio, entre outros parâmetros.

10 – FORMAÇÃO

A Instituição tem como objetivo promover a capacitação contínua dos seus colaboradores, tanto por meio de formação interna, como pela participação em ações de formação e seminários, com o intuito de fomentar a troca de informações e experiências, especialmente no que diz respeito às boas práticas. É importante destacar que as ofertas formativas têm evoluído consideravelmente, e atualmente existem inúmeras soluções de formação à distância, que oferecem maior flexibilidade e acessibilidade. A Instituição pretende dar continuidade à sua parceria com o IEFP e com outras entidades formadoras, visando garantir a qualidade e a atualização de competências.

11 - VOLUNTARIADO

Além da valiosa contribuição dos membros dos Órgãos Sociais, a Instituição espera continuar a contar com o generoso apoio de voluntários, cuja colaboração é essencial para o desenvolvimento contínuo das atividades. Estes voluntários desempenham um papel fundamental, oferecendo o seu tempo e talento em diversas áreas, contribuindo assim para o crescimento e fortalecimento da Instituição de formas variadas e enriquecedoras. Representam um pilar importante para a concretização da missão institucional, reforçando a importância da solidariedade e do compromisso com o bem-estar coletivo.

12 – PARCERIAS

Segurança Social; Município de Ribeira de Pena; Junta de Freguesia de Cerva e Limões; Centro Social Paroquial de Limões; ADRIPÒIO – CLDS 5G; Cáritas Diocesana de Vila Real; CIM Alto Tâmega; UMP; CNIS – UDIPSS Vila Real; EAPN, UTAD, IEFPI; PROBASTO; ADRAT; ESE Fafe; CERCIGui; GNR; Bombeiros Voluntários de Cerva e Bombeiros Voluntários de Ribeira de Pena, Casa do Povo de Cerva

13 - INVESTIMENTOS

- Mantem-se a intenção do Alargamento da ERPI – dar-se cumprimento ao Protocolo firmado com o Município de Ribeira de Pena;
- Aquisição de viatura elétrica;
- Equipamento para utentes (cadeirões);
- Material de escritório (5 computadores, 1 guilhotina);
- Eletrodomésticos (cozinha e lavandaria);
- Obras de conservação/beneficiação – portas e janelas ERPI e janelas do piso superior – sótão, pinturas, reparação de chão de WC, reparação de estores; aquisição de ar condicionado para Centro de Dia e ERPI;
- Possíveis necessidades que possam surgir no decorrer do tempo, em função das circunstâncias ou imprevistos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente Plano de Atividades reflete o compromisso da Instituição em oferecer respostas sociais integradas, que promovam o desenvolvimento e o bem-estar das crianças e das pessoas idosas. Todas as ações foram pensadas de forma a respeitar as necessidades específicas de cada grupo, garantindo uma intervenção centrada na pessoa, inclusiva e promotora de qualidade de vida.

Este Plano Anual de Atividades da Santa Casa da Misericórdia de Cerva foi aprovado por Unanidade em reunião ordinária de 11/11/2025

A Mesa Administrativa:

- Dr. Helena Rodrigues
- Dr. João Gonçalves
- Isabel Cristina Ferreira de Almeida
- Ana Paula Almeida Coutinho Ribeiro
- Carla Gomes

Aprovado por Unanidade em Assembleia Geral de 13/11/2025

O Presidente:

Isabel de Jesus Lourenço da Silva Medeiros