

Centro Social da Freguesia de Cepos
Instituição Particular de Solidariedade Social

RELATÓRIO DE ACTIVIDADES

2020

ÍNDICE

1- Denominação, sede, âmbito de acção e fins

- 1.1 - Denominação
- 1.2 - Objectivos
- 1.3 - Âmbito de acção
- 1.4 - Valências e serviços disponibilizados
- 1.5 - Comparticipação nos custos

2- Caracterização da população utilizadora

- 2.1 - Centro Social
- 2.2 - Valência Centro de Dia
- 2.3 - Valência Apoio Domiciliário
- 2.4 - Situação actual
- 2.5 - Conclusões e perspectivas futuras

3- Actividades desenvolvidas

- 3.1 - Passeios turísticos
- 3.2 - Convívios
- 3.3 - Actividades dinamizadoras e de esclarecimento
- 3.4 - Participação em programa de ginástica
- 3.5 - Transporte de utentes
- 3.6 - Apoio Social aos utentes
- 3.7 - Apoio directo aos utentes

4- Actividades socioculturais, de lazer e de ocupação dos tempos livres

- 4.1 - Conversas à lareira, visualização de programas televisivos e passeios pedestres
- 4.2 - Tardes recreativas

5- Actividades desenvolvidas no âmbito da acção social

- 5.1 – Núcleo Local de Inserção Social (NLI)
- 5.3 – Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Arganil (CPCJ)
- 5.4 - Relacionamento com Associações periféricas

6- Funcionamento interno

- 6.1 - Modernização administrativa
- 6.2 – Medicina, Higiene e Segurança no trabalho
- 6.3 - Sistema de controlo HACCP no sector de alimentação
- 6.4 - Cuidados primários de saúde

6.5 - Intercâmbio com os utentes da união de freguesias de Cepos e Teixeira

6.6 - Ementas servidas

7- Melhoria da qualidade de vida

8- Melhoria dos recursos financeiros

8.1 - Angariação de novos associados

8.2 - Doação de verbas do IRS por parte dos associados

8.3 – Reembolso de 50% do IVA suportado na aquisição de produtos alimentares e bebidas

8.4 - Sorteios, quermesses e venda de artesanato

9- Benfeitorias nas instalações e aquisição de equipamentos

9.1 – Remodelação das instalações

9.2 – Instalação do sistema de produção de energia eléctrica por captação de energia solar

10- Diálogo institucional com as associações da Freguesia

11- Diálogo institucional com os organismos públicos e privados de acção social

12- Intercâmbio com outras Instituições (IPSS) do concelho

13- Formação profissional dos funcionários

14- Participação em actividades e eventos realizados na região

15- Novas instalações

16- Nota final

INTRODUÇÃO

No final do segundo ano do mandato para que foi eleita, a Direcção do Centro Social da Freguesia de Cepos apresenta o Relatório de Actividades referente ao ano civil de 2020, dando assim cumprimento ao previsto na alínea b) do art.º 35º dos Estatutos da Instituição.

Como é do conhecimento geral, a partir de meados de Março, o mundo e o país no seu todo e, como facilmente entendível, a comunidade servida pela nossa Instituição, viveu sob o espectro da pandemia SARS-COV2 / COVID 19, com as limitações legais e sanitárias, impostas pela administração central e autoridades de saúde, respectivamente.

Como também é do conhecimento geral, a pandemia teve um fortíssimo impacto nas IPSS, com especial relevância nos lares e outras estruturas residenciais para idosos, onde as vidas que se perderam assumiram números significativos. Daqui resultou serem os sectores da assistência e da economia social dos mais afectados.

As limitações impostas, adicionadas das medidas de auto-protecção a que cada um dos cidadãos se impôs, tiveram um forte impacto na vida da nossa Instituição. Os receios do desconhecido da doença por parte das autoridades e de cada um de nós, levou a uma forte redução da actividade individual e colectiva.

A nossa Instituição teve de se adaptar às circunstâncias, reestruturou os serviços internos, dividiu as equipas, medidas estas que contribuíram para que os nossos utentes nunca tenham sido privados dos serviços disponibilizados e contratualizados. A nossa preocupação para com eles aumentou, procurando sempre e em cada momento perceber qual o seu estado de saúde, procurar satisfazer as suas necessidades face às limitações impostas e, sempre que necessário ou solicitado, estabelecer a ligação áudio ou vídeo com os familiares impossibilitados de os visitarem.

Mesmo assim, a elaboração do presente Relatório foi realizada com base na informação e no conhecimento obtido, durante mais um ano, no qual se deu continuidade, no que foi possível e a pandemia o permitiu, a algumas das actividades e acções que se revelaram de interesse para os utentes, sócios desta Instituição e comunidade em geral, embora, como atrás descrito, a grande maioria tivesse de ser cancelada. Concretizámos também novas iniciativas, poucas pelos motivos já expostos, e implementámos medidas que, em nosso entender, contribuíram para a melhoria da qualidade e quantidade dos serviços a prestar.

Para além das actividades descritas neste Relatório, outras foram levadas a efeito pela Direcção, tendo em vista otimizar e modernizar os actos de gestão realizados. Na implementação destas acções foram sempre tidos em conta o carácter e objectivos marcadamente sociais por que se rege a Instituição.

Mesmo com as limitações impostas pela pandemia, procurou-se potenciar os objectivos estratégicos e prioritários da Instituição, de forma a garantir um efectivo apoio aos reformados e idosos e a promover a sua efectiva ligação à comunidade envolvente, contribuindo também para que tivessem uma vida digna, o mais confortável e saudável possível.

Devemos salientar, que as actividades descritas apenas foram possíveis devido ao apoio, disponibilidade, empenho e o espírito de bem servir manifestado por todos os funcionários da Instituição, bem como de todos os voluntários que, mesmo assim, se disponibilizaram a colaborar e a participar nos eventos por nós levados a efeito.

Estamos certos de que só a união de todos os sócios, utentes, demais utilizadores dos serviços por nós prestados, bem como dos funcionários alocados aos mesmos, permitirá que esta Instituição seja uma realidade para todos e não um sonho só para alguns.

Trabalhámos e trabalharemos para que o Centro Social da Freguesia de Cepos seja, cada vez mais, a verdadeira Instituição de Solidariedade de que todos precisamos e de que nos devemos e podemos orgulhar.

RELATÓRIO DE ACTIVIDADES

1- Denominação, sede, âmbito de acção e fins

1.1 - Denominação

O Centro Social da Freguesia de Cepos (CSFC) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sem fins lucrativos, com personalidade jurídica no foro civil, com sede no lugar de Cepos, concelho de Arganil.

1.2 - Objectivos

O Centro Social da Freguesia de Cepos tem por objectivos prioritários apoiar permanentemente os reformados e idosos e promover a sua ligação efectiva à comunidade envolvente e secundariamente desenvolver a promoção desportiva, recreativa e cultural dos associados.

Na prática estes objectivos concretizam-se através de uma estrutura com um programa de acção que presta serviços orientados para:

- Acolhimento e informação;
- Desenvolvimento das relações interpessoais de forma a prevenir situações de isolamento;
- Oferta de serviços no próprio Centro ou no Domicílio que respondam de forma adequada às necessidades das pessoas idosas da comunidade;
- A identificação das necessidades e a prospecção dos recursos disponíveis para minimizar as dificuldades

Com isto pretende assim tornar-se um polo dinamizador de iniciativas inovadoras nesta área.

1.3 – Âmbito de acção

O seu âmbito de acção abrange todos os lugares existentes no território da União de freguesias de Cepos e Teixeira e as aldeias vizinhas dos concelhos de Arganil, Góis e Pampilhosa da Serra.

1.4 - Valências e serviços disponibilizados

Para a realização dos seus objectivos, a associação criou, promove e disponibiliza aos utentes, sócios e população em geral as seguintes valências e serviços:

- Centro de Dia;
- Serviço de Apoio Domiciliário;

Estas respostas sociais asseguram a prestação dos serviços normalmente indispensáveis à satisfação das necessidades básicas: alimentação, higiene pessoal, higiene habitacional e tratamento de roupa;

- Centro de acolhimento temporário para Idosos;
- Outras respostas de carácter social que sirvam os objectivos de melhoria da qualidade de vida dos idosos, definidos estatutariamente, encontrando-se ou não englobados em acordos com a segurança social;
- Apoio Psicossocial;
- Actividades de Ocupação de tempos livres;
- Disponibilização de informação facilitadora do acesso a serviços da comunidade adequados à satisfação de outras necessidades;
- Marcação de consultas e exames complementares de diagnóstico;
- Serviço de farmácia domiciliária;
- Medição de tensão arterial;
- Transporte e acompanhamento às unidades de saúde, hospitais e serviços de saúde centrais e/ou locais, tais como: consultas, exames, internamento ou cuidados de saúde em ambulatório;
- Actividades socioculturais, nomeadamente: participação em excursões, festas convívio ou festas comemorativas;
- Avaliação da concentração de açúcar e colesterol no sangue;
- Reprodução de documentos, envio e/ou recepção de fax e digitalização de documentos;

Os serviços prestados pela Instituição são gratuitos ou comparticipados em regime de proporcionismo, de acordo com a situação económico-financeira dos utentes, apurada em inquérito realizado previamente. As tabelas de comparticipação dos utentes são elaboradas em conformidade com as normas legais aplicáveis e com os acordos de cooperação que se encontram celebrados com os serviços públicos competentes ou entidades intervenientes nas áreas visadas, cumprindo ainda o estabelecido nos regulamentos internos das valências disponibilizadas, aprovados pelas entidades oficiais que supervisionam a actividade em que nos inserimos.

2.1 – Centro Social

A análise do quadro e do gráfico 1, permite observar que o Centro Social, conseguiu manter uma estabilidade do número de utentes ao longo do ano, verificando-se um ligeiro aumento, nos últimos meses. A taxa de utilização no ano de 2020, terminou em Dezembro com 86,4% e uma média anual de 84,3%, comparativamente, no ano de 2019, a taxa de utilização foi de 88,8%.

Utentes	2019	2020												
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média
Lotação total dos acordos	44,0	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44,0
Número total de utentes	39,1	36	36	37	37	37	37	37	36	36	39	39	38	37,1
Taxa de utilização	88,8	81,8	81,8	84,1	84,1	84,1	84,1	84,1	81,8	81,8	88,6	88,6	86,4	84,3

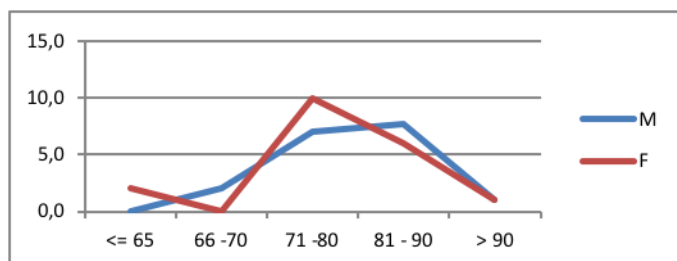
Ano	Lotação total dos acordos	Número total de utentes	Taxa de utilização
1	43	36	82
2	43	36	81
3	43	37	84
4	43	37	84
5	43	37	84
6	43	37	84
7	43	37	84
8	43	36	82
9	43	35	82
10	43	39	89
11	43	39	89
12	43	38	86

Os dados demonstram que o CSFC possui uma população envelhecida, com múltiplas necessidades, inerentes à idade, à consequente perda de capacidades e autonomia, e ao aumento de problemas de saúde, que carecem de intervenção e de acompanhamento permanente.

	2019			2020																																															
Idade Utentes Global	Média			Janeiro			Fevereiro			Março			Abril			Maio			Junho			Julho			Agosto			Setembro			Outubro			Novembro			Dezembro			Médias anuais											
	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total												
<= 65	0,0	2,0	2,0	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	3	3	0	3	3	0	3	3	0,0	2,0	2,0									
66-70	3,2	0,0	3,2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	3	0	3	3	0	3	3	0	3	2,0	0,0	2,0									
71-80	5,0	10,0	15,0	7	10	17	7	10	17	7	10	17	7	10	17	7	10	17	7	10	17	7	10	17	7	10	17	7	10	17	8	10	18	8	10	18	8	10	18	7,0	10,0	17,0									
81- 90	10,0	9,0	19,0	7	6	13	7	6	13	8	6	14	8	6	14	8	6	14	8	6	14	8	6	14	8	6	14	7	6	13	7	6	13	7	6	13	7	6	13	7,7	6,0	13,7									
>90	0,0	1,0	1,0	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1,0	1,0	2,0									
totais	18,2	22,0	40,2	17	19	36	17	19	36	18	19	37	18	19	37	18	19	37	18	19	37	18	19	37	17	19	36	17	19	36	19	20	39	19	20	39	18	20	38	17,7	19,0	36,7									

Verificou-se predominância do sexo feminino, com destaque para a média anual de 19 utentes do sexo feminino, comparativamente aos do sexo masculino, com uma média de 17,7.

Gráfico 2 – Caraterização dos Utentes – Idade e sexo

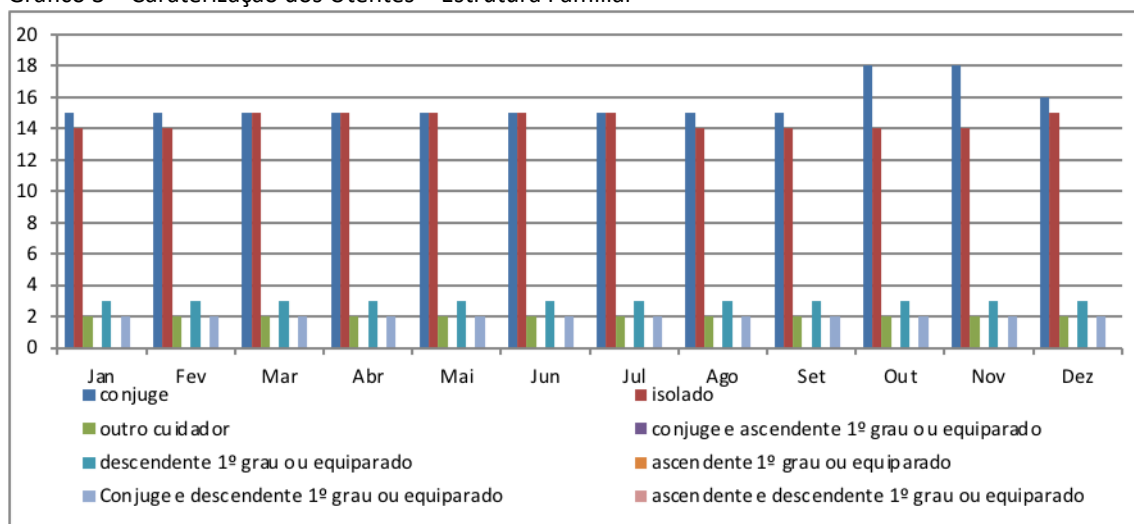


O Centro Social apoiou nas respostas sociais de centro de dia e de serviço de apoio domiciliário, em média durante o ano de 2020, uma população constituída por 36,7 utentes, cuja integração na sociedade se faz de acordo com a seguinte distribuição:

Quadro 3 - Caraterização dos Utentes – Estrutura Familiar

Estrutura familiar do utente	2019	2020												Média
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	
conjuge	18,0	15	15	15	15	15	15	15	15	15	18	18	16	15,0
isolado	15,2	14	14	15	15	15	15	15	14	14	14	14	15	14,7
outro cuidador	2,0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,0
conjuge e ascendente 1º grau ou equiparado	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
descendente 1º grau ou equiparado	3,0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3,0
ascendente 1º grau ou equiparado	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Conjuge e descendente 1º grau ou equiparado	2,0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,0
Conjuge, descendente 1º grau ou equiparado e ascendente 1º grau ou equiparado	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
ascendente e descendente 1º grau ou equiparado	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Total	40,2	36	36	37	37	37	37	37	36	36	39	39	38	36,7

Gráfico 3 – Caraterização dos Utentes – Estrutura Familiar



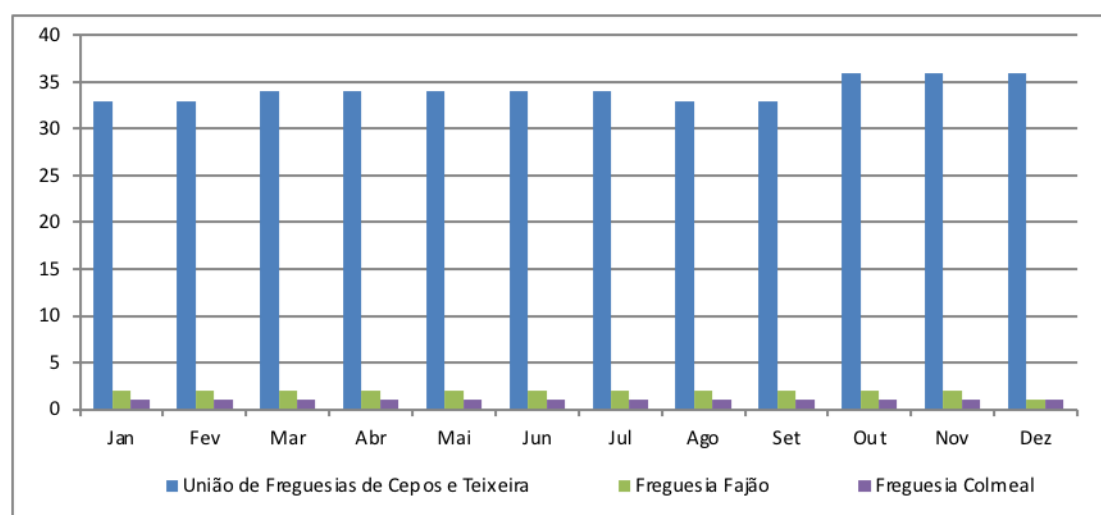
A maioria dos utentes possui uma estrutura familiar constituída, por si e pelo cônjuge, assumindo uma média anual de 15. Destaca-se o elevado número de utentes que residem isolados, com tendência a aumentar, com uma média anual de 14,7 utentes.

A população servida pelo Centro Social ao longo do ano de 2020 geograficamente distribuiu-se maioritariamente pelos lugares de Cepos, com 25,1 utentes, seguidos dos lugares de Casal Novo com 3,5 utentes, Teixeira com 3 utentes, Cavaleiros com 1,9, Malhada, Relvas e Caratão com 1 utente cada e Ribeiro com 0,6 utentes. Distribuindo-se desta forma, pela União das freguesias de Cepos e Teixeira do concelho de Arganil, Cadafaz e Colmeal pertencentes ao concelho de Gois e freguesia de Fajão, concelho de Pampilhosa da Serra.

Quadro 4 - Caraterização dos Utentes – Distribuição Geográfica da Residência

	2019	2020												
Distribuição geográfica residência utentes	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média
Concelho Arganil	36,2	33	33	33	34	34	34	34	33	33	36	36	36	33,5
União de Freguesias de Cepos e Teixeira	36,2	33	33	34	34	34	34	34	33	33	36	36	36	33,7
Cepos	26,2	24	24	25	25	25	25	25	25	25	26	26	26	25,1
Casal Novo	3,0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	5	3,5
Teixeira	2,6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3,0
Porto Castanheiro	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Relvas	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Caratão	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Ribeiro	1,0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0,6
Concelho Pampilhosa da Serra	2,0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2,0
Freguesia Fajão	2,0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2,0
Cavaleiros Cima	2,0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1,9
Cavaleiros Baixo	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Concelho de Goís	2,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Freguesia Colmeal	2,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Malhada	1,9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Outras	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Total	40,2	36	36	37	37	37	37	37	36	36	39	39	38	36,5

Gráfico 4 – Caraterização dos Utentes – Distribuição Geográfica da Residência



2.2 – Valência Centro de Dia

O Centro Social prestou apoio nesta valência, em média durante o ano de 2020, a uma população de 21,7 utentes, cuja distribuição por faixas etárias foi:

Quadro 5 - Caraterização dos Utentes – Centro de Dia – Idade

	2019			2020																																			
Idade Utentes Centro de Dia	Média			Janeiro		Fevereiro		Março		Abril		Maio		Junho		Julho		Agosto		Setembro		Outubro		Novembro		Dezembro		Médias anuais											
	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total									
<= 65	0,0	1,0	1,0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0,0	1,0	1,0						
66-70	2,2	0,0	2,2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	3	0	3	3	0	2	2,0	0,0	2,0							
71-80	3,0	6,0	9,0	3	6	9	3	6	9	3	6	9	3	6	9	3	6	9	3	6	9	3	6	9	4	6	10	4	6	10	3,0	6,0	9,0						
81 - 90	5,0	7,0	12,0	2	5	7	2	5	7	3	5	8	3	5	8	3	5	8	3	5	8	3	5	8	3	5	8	3	5	8	2,7	5,0	7,7						
>90	0,0	1,0	1,0	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1,0	1,0	2,0						
totais	10	15,0	25,2	8	13	21	8	13	21	9	13	22	9	13	22	9	13	22	9	13	22	9	12	21	9	12	21	11	13	24	11	13	21,7						

Gráfico 5 – Caraterização dos Utentes- Centro de Dia – Idade

Conclui-se que na resposta social de Centro de Dia, a faixa etária com maior representatividade enquadra-se na faixa dos 71 a 80 anos, com uma média de 9 utentes.

A maioria dos utentes é do sexo feminino, sendo que a sua média anual foi de 13 e do sexo masculino é de 8,7.

Os dados dos quadros seguintes demonstram que na resposta social de centro de dia, manteve-se o número de utentes em frequência ao longo do ano, terminando com 23 utentes.

A taxa de utilização foi em média 76,1 % e que o número de utentes foi em média 22,1.

Quadro 6 - Caracterização da Atividade – Centro de Dia

Centro de Dia	2019	2020													
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média	
Lotação acordo	29,0	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29,0
Taxa de utilização	83,0	72,4	72,4	75,9	75,9	75,9	75,9	75,9	72,4	72,4	82,8	82,8	79,3	76,1	
Número de utentes	24,1	21	21	22	22	22	22	22	21	21	24	24	23	22,1	
Utentes transitados	24,4	21	21	21	22	22	22	22	22	21	21	24	24	21,9	
Utentes admitidos	0,2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0,3	
Utentes saídos	0,5	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0,2	
Serviços prestados	31,1	29	29	30	30	30	30	30	29	29	32	32	31	30,1	
Alimentação	24,1	21	21	22	22	22	22	22	21	21	24	24	23	22,1	
Higiene pessoal	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	
Higiene habitação	3,5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4,0	
Tratamento de roupa	3,5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4,0	
Rácio n.º serviços/utente	1,3	1,4	1,4	1,4	1,4	1,4	1,4	1,4	1,4	1,4	1,3	1,3	1,3	1,4	

Gráfico 6 – Lotação do Centro de Dia

Gráfico 7 – Caracterização dos Serviços Prestados – Centro de Dia

No que concerne aos serviços disponibilizados na resposta social de Centro de Dia, verificamos uma predominância do fornecimento de alimentação, com uma média de 22,1 utentes, seguido da higiene habitacional e tratamento de roupa, com uma média de 4.

2.3 – Valência Apoio Domiciliário

O Centro Social prestou apoio nesta valência, em média durante o ano de 2020, a uma população constituída por 15 utentes, cuja distribuição por faixas etárias foi:

Quadro 7 - Caracterização dos Utentes – Apoio Domiciliário – Idade

	2019			2020																																												
Idade Utentes	Média			Janeiro			Fevereiro			Março			Abril			Maio			Junho			Julho			Agosto			Setembro			Outubro			Novembro			Dezembro			Médias anuais								
Apoio Domiciliário	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total												
<= 65	0,0	1,0	1,0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0,0	1,0	1,0												
66 -70	1,0	0,0	1,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0,0	0,0	0,0										
71 -80	2,0	4,0	6,0	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4	4	8	4,0	4,0	8,0												
81 -90	5,0	2,0	7,0	5	1	6	5	1	6	5	1	6	5	1	6	5	1	6	5	1	6	4	1	5	4	1	5	4	1	5	4	1	5	3	1	4	5,0	1,0	6,0									
>90	0,0	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0,0	0,0	0,0										
totais	8,0	7,0	15,0	9	6	15	9	6	15	9	6	15	9	6	15	9	6	15	9	6	15	8	7	15	8	7	15	8	7	15	8	7	15	9,0	6,0	15,0												

Gráfico 8 – Caracterização dos Utentes – Apoio Domiciliário – Idade

Na resposta social de serviço de apoio domiciliário, observamos que a maioria dos utentes apoiados enquadra-se na faixa etária dos 71 a 80 anos, com uma média de 8 utentes.

Predominaram os utentes do sexo masculino com um número médio de 9 utentes, contrapondo a 6 do sexo feminino.

Nesta resposta social verificou-se uma estabilidade do número de utentes ao longo do ano, como se pode comprovar através do quadro 7, atingindo o total de vagas contratualizadas no acordo (15 utentes), em todos os meses do ano.

Quadro 8 – Caraterização da Atividade - Apoio Domiciliário

Apoio Domiciliário	2019	2020												
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média
Lotação acordo	15,0	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15,0
Taxa de utilização	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Número de utentes	15,0	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15,0
Utentes transitados	14,8	15	15	15	15	15	15	15	14	15	15	15	14	14,8
Utentes admitidos	0,2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0,2
Utentes saídos	0,2	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0,2
Serviços prestados	26,8	25	25	25	25	25	25	25	23	23	23	23	23	24,2
Alimentação	13,0	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13,0
Higiene pessoal	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Higiene habitação	6,9	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5,6
Tratamento de roupa	6,9	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5,6
Rácio n.º serviços/utente	1,8	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,6

Gráfico 9 – Lotação do Apoio Domiciliário

No que concerne aos serviços disponibilizados a valência Apoio Domiciliário, verificamos uma predominância do fornecimento de alimentação, com uma média de 13 utentes, seguido da higiene habitacional e tratamento de roupa, com uma média de 5,6.

Gráfico 10 – Caraterização dos Serviços Prestados – Apoio Domiciliário

2.4 – Situação actual

A Instituição prestava serviços, em 31 de Dezembro de 2020, no âmbito das várias respostas sociais disponibilizadas à população servida, a 38 (trinta e oito) utentes, sendo 23 (vinte e três) em Centro de Dia e 15 (quinze) em Apoio Domiciliário.

Do exposto, conclui-se que na resposta social de Centro de Dia, não estava preenchida a totalidade das vagas disponíveis no acordo estabelecido com a Segurança Social, nomeadamente 29 utentes. Relativamente à resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, o número de utentes situou-se no final do ano de 2020 em 15 (quinze), número este, igual ao número de vagas contratualizado com a Segurança Social.

Realça-se que sempre que há um excedente face às vagas contratualizadas em alguma das valências, face ao acordo estabelecido com a Segurança Social, a instituição assume a despesa não participada do apoio prestado.

2.5 – Conclusões e perspectivas futuras

Os corpos sociais da Instituição têm consciência que os utentes apresentam necessidades crescentes, face ao aumento da sua idade, aos problemas de saúde vivenciados, às necessidades específicas múltiplas e às limitações da autonomia, sendo a questão fulcral na perspectiva do desenvolvimento do Centro Social.

Esta realidade é em nosso entender um desafio para a Instituição e para as pessoas que actualmente a representam e para as que a virão a representar. Será, em nosso entender, o maior desafio que se irá colocar à Instituição, num futuro mais ou menos próximo.

O Centro Social da Freguesia de Cepos, considerando os dados expostos e apesar de durante o ano de 2020, constataremos uma estabilidade ao nível da frequência de utentes, tem a percepção e verifica que poderá haver uma tendência para a redução da frequência de utentes, principalmente na resposta social de Centro de Dia, colocando em evidência a preocupação da direcção, dos colaboradores e dos membros da nossa comunidade, que terão de em conjunto, ser capazes com o seu trabalho, os seus serviços e a sua boa vontade de estimular toda uma população alvo a manter, dinamizar e a fazer crescer este projeto.

3 – Actividades desenvolvidas

3.1 – Passeios turísticos

A realização de passeios turísticos permite melhorar o conhecimento sobre a geografia, história, monumentos e modo de vida das populações e regiões visitadas, daí a natural satisfação que constatámos junto dos frequentadores dos passeios aquando da sua realização.

Devido aos constrangimentos impostos pela pandemia não levámos a efeito nenhuma das viagens programadas.

3.2 – Convívios

Estes eventos têm como objectivo juntar utentes, sócios e não sócios, residentes ou não na freguesia, contribuindo para o estreitar das relações entre as pessoas. Pretende-se também garantir uma efectiva ligação dos reformados e idosos à comunidade envolvente.

3.2.1 – Almoço comemorativo do 21º aniversário

Este evento para além de comemorar a efeméride, pretendeu também proporcionar o encontro dos utentes, sócios, não sócios e todos aqueles que se revêm no espírito de solidariedade desta Instituição e a tem apoiado com esforço e dedicação.

O almoço decorreu no dia 18 de Janeiro, encontrando-se presente o Presidente da União de freguesias de Cepos e Teixeira, Sr. José Costa, bem como os restantes membros do executivo, Sr. José Lopes e D. Etelvina Santos, assim como os elementos da Comissão de melhoramentos de Cepos.

Todos foram unânimes em considerar que estes momentos de convívio são reveladores do espírito de amizade e solidariedade que une os Cepenses. Contámos com a presença de 57 participantes.

3.2.2 – Almoços comemorativos

No âmbito destes convívios, comemorámos a 12 de Março o Dia Internacional da Mulher, com um almoço no qual participaram 39 pessoas. No decorrer da iniciativa, foram entregues às participantes, lembranças alusivas à data comemorada.

Importa referir que face à pandemia, COVID-19, a nível mundial e especificamente no nosso país, a iniciativa do Dia do Pai e do Dia da Mãe não foram possíveis de se concretizar.

3.2.3 – Arraial dos santos populares, Pic-nic de verão, Magusto, almoço de natal e festa de natal dos utentes

Em função da pandemia e das restrições impostas e a ela associadas, estes eventos não se concretizaram.

3.3 – Actividades dinamizadoras e de esclarecimento

O Centro Social tem promovido e efectuado variadas actividades dinamizadoras e de esclarecimento, nas quais temos contado com a participação de voluntários e entidades oficiais. Estas acções visam proporcionar o apoio possível à população por nós servida.

No ano de 2020, devido à pandemia COVID-19, não nos foi possível desenvolver as habituais sessões de informação, todavia destacamos, pela sua importância e adequação à população servida pela nossa instituição, a sessão “Alimentação saudável na 3ª Idade”, promovida pela nutricionista da IPSS, Dra. Carina Ferreira, com o objetivo de sensibilizar a população para a questão da alimentação saudável e os cuidados a ter com esta, face aos problemas de saúde associados aos utentes, nomeadamente diabetes, hiper tensão arterial e hipercolesterolemia. Esta formação decorreu no dia 10 de Fevereiro, onde foi igualmente realizado a avaliação nutricional dos utentes.

3.4 – Participação em programa de ginástica

O Centro Social participou no programa de ginástica para a 3ª idade, promovido pela União de Freguesias de Cepos e Teixeira. Para o efeito, disponibilizámos as nossas instalações para nela ser ministrado o projeto de ginástica promovido e financiado pela mesma. Este programa, apesar de algumas paragens devido à pandemia COVID-19, proporcionou sempre que possível, aulas com uma periodicidade bissemanal, contemplando actividades específicas de exercício físico visando diferentes componentes da condição física funcional dos idosos, sendo frequentado por uma média de 10 utentes por sessão.

3.5 – Transporte de utentes

No seguimento do estipulado nos estatutos desta Instituição, o Centro Social colocou à disposição dos seus utentes, sócios e restante comunidade um serviço de transporte para que possam aceder a exames e consultas médicas. Desta forma pretendeu-se, disponibilizar aos grupos de pessoas atrás referidos a prestação de um serviço que, em nosso entender, assume grande importância para a sua qualidade de vida.

No ano de 2020, devido à pandemia COVID-19 e à desmarcação de várias consultas de especialidade e exames, reduzimos drasticamente as nossas deslocações, todavia, realizámos, cerca de 27 viagens a diversas instituições de saúde, públicas ou privadas do distrito de Coimbra, de que beneficiaram um total de 28 indivíduos, todos utentes.

Para que todos fiquem a conhecer melhor a dimensão deste serviço, os destinos e as características dos utilizadores, apresentamos um conjunto de gráficos representativo:

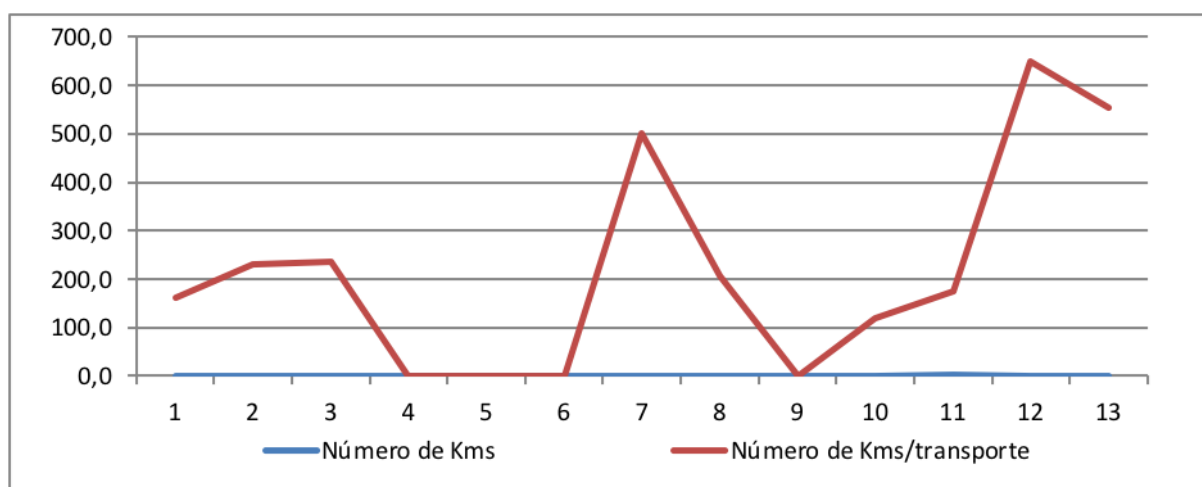
Quadro 9 – Caracterização da Atividade – Transporte de Utes

Transportes	2019	2020													
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Total	Média
Número de transportes de utentes	3,9	6	4	0	0	0	1	5	0	8	1	1	1	27	2,3
Arganil	0,6	0	1	0	0	0	0	1	0	3	0	0	0	5	0,4
Tábua	0,3	0	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	3	0,3
Oliveira Hospital	0,0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0,1
Coimbra	3,1	5	3	0	0	0	0	4	0	3	1	1	1	18	1,5
Outros transportes (reuniões e outros serviços do CSFC)	7,9													0	#####
Número de Kms	608,0	1376	940	172	247	209	501	1028	163	946	176	649	553	6960	580,0
Utentes transportados	5,0	6	5	0	0	0	1	5	0	8	2	1	0	28	2,3
Sócios transportados	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Número utentes ou sócios/transporte	1,2	1,0	1,3	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	1,0	1,0	#####	1,0	2,0	1,0	0,0	#####	#####
Número de Kms/transporte	160,9	229,3	235,0	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	501,0	205,6	#####	118,3	176,0	649,0	553,0	#####	#####

A análise deste quadro permite-nos concluir que Coimbra é a localidade com mais deslocações, para realização de exames e de consultas, com um total de 18 viagens, seguida das localidades de Arganil, com 5 viagens.

Gráfico 11 – Transporte de Utentes

Gráfico 12 – Transporte de Utentes – Distâncias percorridas



Salienta-se também que a prestação deste serviço, disponibiliza ao utente um acompanhamento personalizado realizado por uma ajudante de acção directa ou pela técnica de serviço social.

3.6 – Apoio social aos utentes

O Centro Social através da técnica superior de serviço social, resolveu e encaminhou todos os assuntos relacionados com reformas, complementos solidários para idosos, questões de saúde e isenções de taxas moderadoras que lhe foram colocados pelos utentes e associados e disponibilizou um apoio psicossocial, atendimento e acompanhamento social permanente.

Quadro 10 - Caracterização da Atividade – Outros Serviços Prestados

Outros Serviços	2019	2020													
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Total	Média
Número total outros serviços	119,8	28	28	68	66	144	125	121	83	112	131	119	91	1116	93,0
Apoio Psicossocial; Atendimento e acompanhamento social	33,0			16	21	43	27	24	16	21	33	25	20	246	24,6
Isenção	1,8			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Apoio Social Integrado	12,8			6	3	19	16	20	12	7	11	35	15	144	14,4
Pedido de Receitas e credenciais	28,5			4	5	31	30	34	20	43	26	25	21	239	23,9
Farmácia domiciliária	8,8			8	7	6	7	5	0	6	8	1	2	50	5,0
Intervenção Social na Comunidade															
Visita Domiciliária	9,5			6	1	3	7	4	1	5	20	8	6	61	6,1
Representação técnico Institucional (Inclui marcação de consultas e exames)	20,8	28	28	28	28	28	32	28	28	28	28	24	24	332	27,7
Diagnóstico rápido e organização da medicação	4,5				1	14	6	6	6	2	5	1	3	44	4,9
Administrativos															

O Centro Social, disponibiliza aos seus utentes um conjunto de outros serviços de apoio, que têm como principal objetivo, a satisfação de outras necessidades essenciais ao dia-a-dia da sua população alvo e ao seu bem-estar.

No ano de 2020, como é possível verificar no gráfico, devido a um lapso nos registos, apenas nos foi possível aferir os dados a partir do mês de Março.

Observa-se através dos dados presentes no quadro 10 e no gráfico 13, que o principal serviço concedido aos utentes é a organização da medicação, em caixas semanais aos nossos utentes, num total de 332 vezes, seguido do apoio psicossocial, assumindo uma média mensal de 2,6, num total de 246 apoios psicossociais, atendimentos e acompanhamentos sociais, no ano transacto. O serviço mencionado, pretende o atendimento personalizado e integrado dos utentes, de modo a assegurar uma resposta adequada às necessidades vivenciadas pelas pessoas.

Gráfico 13 – Caracterização da Atividade – Outros Serviços Prestados

Com a cessação do funcionamento da extensão do Centro de Saúde localizado em Cepos, o Centro Social passou a desempenhar um papel crescente e essencial de identificação de necessidades de cuidados de saúde, sua sistematização e comunicação aos profissionais do Centro de Saúde assistentes da população.

Na prática promove a comunicação entre a população e os serviços e profissionais de saúde, assegurando a marcação de consultas, obtenção de receitas e credenciais para meios complementares de diagnóstico, resposta a dúvidas e intercorrências.

Depreende-se que o apoio disponibilizado na área da saúde, assume uma fulcral importância para os utentes, nomeadamente o serviço de farmácia domiciliária foi assegurado num total de 239 vezes, com uma média

mensal de 23,9, apresentando uma expressiva representatividade, o serviço de pedido de receitas no total de 144 com uma média mensal de 14,4 e asseguramos a organização da medicação semanal a utentes, 332 vezes.

A realização de visitas domiciliárias permite obter um conhecimento da realidade social, das dinâmicas, das condições de vida da população, e proporcionar uma aproximação entre a instituição e os utentes, desta forma, realizamos no ano de 2020, o total de 50 visitas domiciliárias.

No ano transato, efetuamos 61 representações técnico-institucional, ao seja solucionamos questões dos utentes com outras instituições, marcamos exames complementares de diagnóstico e consultas e executamos 44 serviços administrativos.

Importa salientar, que os dados plasmados na presente tabela e gráfico, dizem somente respeito aos utentes das respostas sociais de centro de dia e serviço de apoio domiciliário, porém o Centro Social, disponibiliza igualmente um conjunto de outros serviços de apoio aos elementos da comunidade que nos solicitam apoio.

3.7 – Apoio directo aos utentes

Durante o ano de 2020 o Centro Social prestou apoio directo a vários utentes. Este apoio foi adequado às necessidades dos requerentes.

Os apoios prestados dividiram-se em apoios materiais, humanos e de serviços. Nos apoios materiais destacam-se a disponibilização de produtos de apoio como cadeiras de rodas, andarilhos, camas articuladas equipadas com colchão anti-escaras. No âmbito dos meios humanos e de serviços prestámos apoio a utentes que careciam de ajuda na toma da medicação, no regresso ao lar após internamento hospitalar e acompanhamento aos fins-de-semana de pessoas com dificuldades especiais.

Para a prestação deste apoio o Centro Social colocou ao dispor dos utentes os serviços e funcionários da Instituição, tendo em vista proporcionar-lhe o maior conforto e acompanhamento possível.

Para além dos serviços anteriormente descritos no âmbito desta rubrica, disponibilizámos ainda:

3.7.1 – Farmácia domiciliária

No desempenho das nossas funções constatámos a falta de um serviço que possibilitasse aos utentes, sócios e demais cidadãos da freguesia, sem terem de se deslocar à sede do concelho, a aquisição de medicamentos e outros produtos farmacêuticos. Tendo em vista colmatar esta falta, mantivemos e melhorámos este serviço que lhes permite dispor em sua casa dos produtos farmacêuticos requisitados. No período visado pelo presente relatório, realizámos a satisfação de 239 pedidos de medicamentos.

3.7.2 – Testes rápidos para análise da glicemia e colesterol

No seguimento da actuação do Centro social e, cumprindo um dos objectivos prioritários previstos nos estatutos da Instituição - Apoio Social – a Direcção adquiriu em tempos um equipamento electrónico para a realização de testes rápidos para a determinação dos valores da glicemia e do colesterol.

A prestação deste serviço realiza-se todas as sextas feiras no período compreendido entre as 10:30 e as 12 horas.

A disponibilização deste serviço não visa anular ou substituir a normal prática de consultar o médico de família da extensão de Cepos do Centro de Saúde de Arganil.

Este serviço encontra-se disponível para utentes, sócios e demais população da freguesia

A Direcção, aproveita esta oportunidade para agradecer a colaboração e disponibilidade do Sr. Abel Santos e, enaltece o gesto altruísta e o espírito de solidariedade por ele manifestado.

3.7.3 – Reprodução de documentos, Fax e serviço de Internet

No desempenho das nossas funções constatámos a falta de um serviço na freguesia que possibilitasse aos utentes, sócios e demais cidadãos da freguesia, poderem enviar ou receber fax's e E:mail e reproduzir documentos a preto ou cores, sem terem de se deslocar à sede do concelho.

No sentido de suprir esta falta, a Centro Social adquiriu e mantém os equipamentos necessários para poder disponibilizar esses serviços.

Estes serviços encontram-se disponíveis para utentes, sócios e demais população da freguesia.

4 – Actividades socio-culturais, de lazer e de ocupação dos tempos livres

No âmbito desta rubrica a Direcção do Centro procurou diversificar as actividades levadas a efeito, respeitando prioritariamente o enquadramento nos interesses dos utentes e associados.

4.1 - Conversas à lareira, visualização de programas televisivos e passeios pedestres

Em função da pandemia e das restrições impostas e a ela associadas, estas actividades foram suspensas a partir de meados de Março.

4.2 – Tardes recreativas

Esta iniciativa, levada a efeito no final de cada mês, resulta da iniciativa dos funcionários da instituição, foi idealizada com o intuito de prestar uma singela homenagem aos nossos utentes aniversariantes durante o mês vencido, promovendo a festa de celebração da data em convívio entre utentes e funcionários.

Esta celebração contém duas partes distintas iniciando-se na sala de convívio onde se partilham experiências e realizam actividades lúdicas, e termina na sala de refeições onde é servido um lanche a todos os presentes, culminando a comemoração dos aniversários com os cânticos tradicionais da data festiva. No ano de 2020, apenas podemos concretizar esta actividade no mês de Janeiro e Fevereiro.

O Centro Social, procura proporcionar aos seus utentes, actividades lúdico-recreativas, assentes em trabalhos de expressão plástica e trabalhos manuais, com base nas temáticas da actualidade e a comemoração de dias festivos, promovendo desta forma, a oportunidade de se exprimirem, a ocupação dos tempos livres, o desenvolvimento de competências práticas e favorecer igualmente o seu bem-estar.

Todas as actividades de âmbito sócio-culturais e recreativas anteriormente descritas, foram de encontro aos gostos dos idosos, proporcionando-lhes momentos de alegria e convívio.

Estas actividades como é lógico respeitaram sempre as suas limitações e capacidades.

Antes de cada actividade foi feita uma avaliação psicológica e física de cada um dos indivíduos, no sentido de perceber quais as capacidades reais de cada idoso relativamente a cada uma das actividades propostas. Desta forma garantiu-se uma participação consciente e saudável de todos.

Ainda no âmbito destas actividades, a convite da Câmara Municipal de Arganil em parceria com a escola Secundária de Arganil, através da interligação dos projectos “Biblioteca com a Terceira Idade” e “LER+Jovem”, participámos numa encontro realizado no dia 30 de Janeiro, na Biblioteca Miguel Torga, possibilitando a deslocação de 13 utentes que manifestaram vontade em estar presentes. Participaram várias IPSS do concelho, tendo o Centro Social participado com um grupo musical, constituído por utentes e funcionárias, que cantou vários temas tradicionais alusivos à sua terra, leitura de textos da antiga 2ª e 3ª classe, leitura de versos da autoria dos nossos utentes e leitura de poemas e sonetos.

O Centro Social, beneficia igualmente do projecto “Biblioteca itinerante, Ler +Biblioteca aos Idosos”, promovido mensalmente pela Biblioteca Municipal Miguel Torga. O presente projecto, assenta no princípio do desenvolvimento de actividades da instituição, respectivamente leitura de contos e realização de debates sobre temas da actualidade, com a participação activa, em média de 10 dos idosos.

Importa ressaltar, que as actividades enumeradas, apenas se efetivaram na IPSS, durante o mês de Janeiro e Fevereiro, devido à pandemia COVID-19.

5 – Actividades desenvolvidas no âmbito da acção social

Participamos em todas as reuniões e actividades, para as quais fomos solicitados, com os parceiros sociais, no âmbito da Rede Social do Conselho de Arganil. A nossa participação nestas iniciativas visou encontrar soluções para a resolução dos problemas que se colocam às Instituições e aos seus utentes.

5.1 – Núcleo Local de Inserção Social (NLI)

O Núcleo Local de Inserção Social, apresenta um âmbito de actuação concelhia e funciona com um conjunto de profissionais de diferentes áreas e que representam os diferentes sectores da administração pública (segurança social, emprego, saúde, autarquia e educação), assim como outras entidades privadas ou sem fins lucrativos que desenvolvam actividades na área geográfica e que se disponibilizem para contratuar com o respectivo NLI a parceria comprometendo-se a criar oportunidades efectivas de inserção.

Os profissionais que constituem os NLI, têm como principal objectivo, analisar o diagnóstico social realizado sobre os problemas que afectam as famílias beneficiárias do Rendimento Social de Inserção, assim como, priorizar a intervenção daí decorrente para que se possa compatibilizar o mais adequadamente possível, os recursos existentes na comunidade com as necessidades das famílias.

Este é um trabalho exigente que conta com a participação dos diferentes profissionais do NLI que, no âmbito das suas competências e no sector ou serviço que representam, devem facilitar e agilizar os meios e recursos necessários.

O Centro Social da Freguesia de Cepos faz parte do NLI de Arganil e participa nas actividades, reuniões e iniciativas promovidas pelo mesmo.

5.2 – Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Arganil (CPCJ)

A Comissão de Protecção de Crianças e Jovens, assenta numa intervenção em prol da promoção dos direitos e protecção da criança e do jovem em perigo e organiza-se em duas modalidades, alargada e restrita. A modalidade alargada diz respeito à mobilização, sensibilização e participação dos cidadãos para a promoção e defesa dos direitos da criança, isto é prevenção do risco e a modalidade restrita, funciona como local de decisão, relativamente às situações de risco já instalado, cabendo-lhe a devida avaliação das situações e reposição dos factores protectores.

O Centro Social, colabora com a CPCJ, nas duas modalidades, sendo a sua directora técnica, Dr.ª Catarina Domingos membro integrante.

5.3 – Relacionamento com as Associações periféricas

Procurámos manter um relacionamento franco e aberto com as Instituições periféricas, quer no sentido de explorar as suas experiências e aproveitar as suas possibilidades excedentárias, quer no sentido de também a elas podermos ceder alguma da nossa experiência e serviços disponibilizados.

6- Funcionamento interno

6.1 - Modernização administrativa

As medidas implementadas nesta área permitiram continuar a otimizar os recursos materiais, humanos e financeiros da Instituição, tendo em vista melhorar a qualidade e quantidade dos serviços prestados.

Durante o período a que se refere o presente relatório, procedeu-se também a uma melhoria e reorganização dos serviços administrativos e das práticas a ele inerentes.

6.2 – Medicina, Higiene e Segurança no trabalho

Dando cumprimento ao determinado na legislação laboral actualmente em vigor, como entidade patronal que somos, proporcionámos apoio aos nossos funcionários nestas áreas, utilizando para o efeito entidade especializadas da região, nomeadamente a “Alvalabor”, credenciada no sector da Medicina Laboral, e a “Argomed” que por sua vez atua no sector da Higiene e Segurança no Trabalho.

6.3 – Sistema de controlo HACCP no sector de alimentação

Dando cumprimento ao determinado na legislação actualmente em vigor sobre esta matéria e, uma vez que a responsabilidade primária pela higiene e segurança nas áreas de produção, transformação e distribuição de alimentos é da responsabilidade da Instituição, implementámos através de uma entidade credenciada, um sistema de auditoria e controlo.

Com este sistema identificámos todas as fases das actividades determinantes de modo a diminuir os riscos e garantir a segurança dos alimentos e zelar pela criação, aplicação, actualização e cumprimento de

procedimentos de segurança adequados, com base nos princípios do sistema de análise de perigos e controlo dos pontos críticos.

6.4 – Cuidados primários de saúde

A localização da nossa aldeia, à distância a que nos situamos do Centro de Saúde mais próximo, bem como as limitações impostas muitas vezes pelas condições atmosféricas, levou-nos a implementar um serviço na instituição capaz de prestar elementares cuidados primários de saúde.

De entre estes cuidados salientamos a realização, através de pessoas habilitadas para o efeito de pequenos pensos, o acompanhamento e aconselhamento do utente e sócios no cumprimento do tratamento médico-medicamentoso prescrito, a toma atempada dos medicamentos receitados pelo clínico assistente, bem como outros trabalhos e serviços que se julguem aconselhados ou sejam solicitados nesta área.

Os cuidados anteriormente descritos justificam-se ainda mais, atendendo às carências e limitações da nossa população, à sua avançada média de idades, nalguns casos o desconhecimento dos cuidados a ter e, ainda a necessidade que muitos deles sentem em serem acompanhados.

Importa salientar, que através de uma parceria com o centro de saúde, foi possível cumprir a vacinação contra a gripe, no dia 6 de Novembro, nas instalações do Centro de Dia, a 42 pessoas.

O Centro Social, beneficiou igualmente do projecto Sorrisos de Porta a Porta, através da organização não-governamental O Mundo A Sorrir, que tem como missão promover a saúde oral como um direito universal. O referido projecto tem como principal objetivo promover práticas de cuidados de saúde oral junto dos Idosos e capacitar os profissionais de saúde. Desta forma, deslocou-se à nossa IPSS uma equipa de três médicos dentistas, no dia 13 de Fevereiro, de modo a ministrar uma formação sobre saúde oral e no dia 3 de Março, foram realizados alguns tratamentos orais. Participaram na iniciativa 8 utentes. A organização Mundo a Sorrir, disponibilizou igualmente escovas de dentes para a maioria dos nossos utentes. As acções presenciais do projecto foram suspensas devido à pandemia COVID-19.

6.5 – Intercâmbio com os utentes dos lugares da união de freguesias de Cepos e Teixeira e outros lugares servidos pela instituição

Ao longo do nosso mandato apercebemo-nos da necessidade de estreitar e aprofundar os laços que nos ligam aos utentes e restantes habitantes dos lugares da união de freguesia e dos outros lugares servidos pela Instituição.

Tendo em vista cumprir o que atrás foi referido procurámos, sempre que nos foi possível ou solicitado, trazê-los até nós de forma a aumentar e melhorar o convívio entre os habitantes das várias localidades.

6.6 – Ementas servidas

Ao longo do presente mandato procurámos melhorar e diversificar as ementas das refeições servidas aos nossos utentes.

Nesse sentido temos continuado a melhorar e adequar a lista de dietas servida, através de um acompanhamento permanente dos técnicos responsáveis pela segurança alimentar, possibilitando assim, uma alimentação saudável, equilibrada, variada e rica nutricionalmente e aumentando o intervalo de repetição das dietas servidas.

Este ano, continuamos com a colaboração de uma nutricionista, a Dra. Carina Ferreira, que adequa as ementas disponibilizadas na nossa IPSS.

7 – Melhoria da qualidade de vida

Atentos aos problemas que envolvem uma população envelhecida e doente, a direcção, a técnica superior de serviço social e as restantes funcionárias, permaneceram atentos aos problemas de ordem pessoal, familiar e social que a afectam.

As acções e iniciativas levadas a efeito nesta área tiveram sempre em conta os objectivos marcadamente sociais por que se rege a Instituição.

8 – Melhoria dos recursos financeiros

8.1 – Angariação de novos associados

Para que possamos, promover, criar, e implementar os objectivos da Instituição, torna-se necessário envolver toda a comunidade Cepense. Conhecedores da vastidão e potencialidades dessa mesma comunidade e, face à reduzida proporção entre as pessoas naturais ou ligadas a Cepos e o número de associados, procurámos chamar até nós, todos aqueles que embora partilhem connosco os mesmos anseios ainda não o fizeram.

Lamentavelmente e devido à pandemia COVID-19, no final do ano, não registamos a inscrição de novos associados. Actualmente a instituição possui 244 associados.

8.2 – Doação de verbas do IRS e IVA por parte dos associados

Como é do conhecimento geral, em sede de Imposto sobre o Rendimento de Pessoas Singulares (IRS) é possível, à luz da actual legislação em vigor, os contribuintes procederem à indicação expressa na declaração de rendimentos anual, da vontade de doar parte do imposto (0.5%) devido ao Estado a instituições particulares de solidariedade social e/ou 15 % do IVA suportado. Nesse sentido procedemos, de acordo com a legislação em vigor sobre esta matéria à inscrição da Instituição junto da Direcção Geral de Contribuições e Impostos, no sentido de também em 2020 virmos a beneficiar das doações declaradas pelos nossos associados.

Face ao anteriormente descrito, a Direcção divulgou esta possibilidade junto dos associados.

Em 2020 beneficiámos da entrega por parte da Autoridade Tributária do valor doado pelos associados e amigos da instituição, que livremente manifestaram e declararam doar 0.5 % do seu IRS liquidado e/ou 15 % do IVA suportado, referente ao ano económico de 2019. Esta doação traduziu-se no valor total de 1.805,18 €, sendo 1.521,41 € de IRS e 283,77 € de IVA .

8.3 – Reembolso de 50 % do IVA suportado na aquisição de produtos alimentares e bebidas

Com a entrada em vigor do Decreto-Lei nº 84 / 2017, de 21 de Julho, as instituições particulares de solidariedade social passaram a beneficiar da restituição total ou parcial do montante equivalente ao IVA suportado em determinadas aquisições e serviços;

- 1.000,00 €, com exclusão do IVA para a construção, manutenção e conservação de imóveis utilizados, total ou predominantemente na prossecução dos fins estatutários;
- 100,00 com exclusão do IVA para os elementos do activo fixo tangível sujeitos a depreciação, utilizados para fins estatutários, com excepção de veículos e respectivas reparações e cujo valor global durante o exercício não seja superior a 10.000,00 €, com exclusão do IVA;
- Sem qualquer limite para a aquisição de bens e serviços de alimentação e bebidas no âmbito das actividades sociais desenvolvidas.

No ano civil de 2020 beneficiámos da devolução de 1.955,11 €, referente a 50 % do IVA gasto na aquisição de produtos alimentares e bebidas.

8.4 – Sorteios, quermesses e vendas de artesanato

Em função da pandemia e das restrições impostas e a ela associadas, estas iniciativas foram suspensas a partir de meados de Março.

9 – Benfeitorias nas instalações e aquisição de equipamentos

9.1 – Remodelação das instalações

As actuais instalações, foram dimensionadas e projectadas em 1997 para efectivos da ordem dos 50 utentes, 35 na valência Centro de Dia e 15 em Apoio Domiciliário, sendo que as mesmas já na altura foram aprovadas e aceites condicionalmente pelo Centro Regional de Segurança Social, dado pontualmente não respeitarem as normas em vigor para este tipo de equipamento, nomeadamente a área da sala de estar.

Assim, face ao anteriormente exposto, propusemo-nos proceder à ampliação da sala de estar/actividades da valência Centro de Dia, aproveitando o espaço devoluto existente na envolvente do volume edificado da antiga escola primária. O aumento da área de construção, para além de melhorar significativamente a

capacidade deste espaço, permite também dotar a instituição de um gabinete de trabalho para a técnica de serviço social e proceder à separação das actuais instalações sanitárias, conseguindo espaços autónomos para homens e mulheres, requisitos estes essenciais para o cumprimento das normas actualmente em vigor. Embora constem do Plano de Actividades aprovado para o ano de 2020, a direcção em função da estratégia adoptada e da contenção de custos seguida, entendeu adiar a sua execução para o ano económico de 2021.

9.2 – Instalação de sistema de produção de energia solar

Através de um contrato de parceria com a EDP, propúnhamo-nos proceder à montagem de um sistema de produção de energia eléctrica para auto consumo, constituído por 6 painéis solares com 250W cada, totalizando 1500 W de potência instalada.

Esta solução garante-nos uma redução de 15 % nos custos da nossa factura energética, estimando-se que no 1º ano a poupança seja de 451.00 € e nos seguintes atinja um ganho médio de cerca de 656.00 € / ano.

Do ponto de vista técnico garante-nos 89% de auto consumo, injectando na rede da concessionária o remanescente de 11% da energia produzida, sendo que a energia consumida nas instalações é proveniente em 17% do sistema instalado e os restantes 83% da rede de abastecimento.

Do ponto de vista ambiental o sistema que nos propomos instalar, reduz as emissões de CO₂ em 477 kg/ano, correspondendo a 48 árvores com absorção do CO₂ equivalente.

Embora constem do Plano de Actividades para o ano de 2020, a direcção em função da estratégia adoptada e da contenção de custos seguida, entendeu adiar a sua execução para o ano económico de 2021.

10 – Diálogo institucional com as associações da Freguesia

Para que possamos promover, criar e levar a efeito todos os objectivos, torna-se necessário envolver toda a comunidade Cepense. Nesse sentido procurámos sempre manter o diálogo com todas as forças vivas da freguesia bem como com o poder autárquico, no sentido de as sensibilizarmos para as nossas necessidades e, em conjunto e de forma coordenada concretizarmos os nossos objectivos.

Por ser da mais elementar justiça devemos aqui salientar a estreita colaboração e o apoio recebido por parte da União das freguesias de Cepos e Teixeira na pessoa dos seus representantes, materializado através da cedência graciosa dos seus meios logísticos, bem como o fornecimento, igualmente gracioso, da água e lenha consumida pela instituição.

11 – Diálogo institucional com os organismos públicos e privados de acção social

Participámos nas reuniões e eventos para os quais fomos convidados ou a nossa presença foi solicitada, no âmbito da Rede Social de Solidariedade. A nossa participação nestas iniciativas visou encontrar soluções para a resolução dos problemas que se colocam às instituições e aos seus utentes.

12 – Intercâmbio com outras Instituições (IPSS) do concelho

Participámos nos eventos para os quais fomos convidados ou a nossa presença foi solicitada. A nossa participação visou a troca de vivências e experiências devida entre os utentes das diversas instituições e, muitas vezes rever velhas amizades.

13 – Formação profissional dos funcionários

A legislação laboral actualmente em vigor, impõe o dever da entidade patronal proporcionar formação profissional aos seus trabalhadores. Neste sentido, disponibilizámos a todos os funcionários formação na área do HACCP nomeadamente nas áreas relacionadas com a higiene e segurança nas áreas de produção, transformação e distribuição de alimentos. Esta formação foi ministrada pelo nosso técnico responsável pelo sector, Eng.º Paulo Beludo.

14 – Participação em actividades e eventos realizados na região

Por diversas vezes a nossa Instituição tem sido chamada, sozinha ou em parceria, a participar em eventos culturais e recreativos realizados na nossa região. A nossa participação tem sempre representado uma mais-valia cultural, recreativa, humana e social para a comunidade, levando a que grande parte da população Cepense a ela se associe.

Devido à pandemia e das restrições impostas e a ela associadas, estas iniciativas foram suspensas a partir de meados de Março, levando a que a nossa instituição não estivesse presente em nenhuma.

A convite do Clube Xénon, proporcionámos o apoio logístico solicitado, durante a estadia dos seus jovens no campo de férias realizado na aldeia de Cepos, no período compreendido entre 22 a 24 de Junho, a 42 jovens provenientes do Colégio do Planalto. Proporcionamos igualmente, o apoio logístico à estadia dos jovens do Clube Xénon, de 24 a 31 de Julho. Neste campo participaram dois grupos jovens, o primeiro grupo tinha 74 participantes e o segundo 30 participantes, oriundos dos vários delegações do clube espalhadas pelo país.

15 – Novas instalações

Após aprovação em Assembleia-Geral da localização definitiva das novas instalações do Centro Social, junto ao Largo Tenente Falcão, a direcção, mandatada pela mesma, encetou contactos com os proprietários dos terrenos e imóveis conducentes à sua aquisição.

Assim, nesse âmbito, procedemos ainda no decorrer do ano de 2008 à celebração da escritura pública de aquisição de um dos prédios urbanos á D. Soledade Almeida e restantes herdeiros legais da sua propriedade urbana, sita na rua Professor Abel Gonçalves de Almeida, também conhecida por rua dos Trigais.

Relativamente ao outro prédio, pertença da herança de Manuel Martins Duarte, continuaram durante o período de tempo abrangido pelo presente relatório os contactos visando a aquisição definitiva do referido imóvel.

16 – Nota final

Durante o ano findo o Centro Social da Freguesia de Cepos julga ter, mesmo com as limitações impostas pela pandemia, cumprido os objectivos a que se propôs, isto é funcionou como uma estrutura de apoio social, na óptica da prevenção, fornecendo aos seus utentes, associados e população em geral respostas precisas e imediatas em relação às suas necessidades, dentro de parâmetros de qualidade aceitáveis e, julgamos nós, reconhecidos por todos os utilizadores.

Perante o envelhecimento e a solidão que cada vez mais atinge os nossos utentes, o Centro Social da Freguesia de Cepos procurou sempre encontrar soluções e respostas adequadas às necessidades dos nossos utentes.

Não poderemos deixar de aqui salientar que o balanço, em nosso entender, altamente positivo das actividades possíveis levadas a efeito, em muito se deve ao excelente trabalho e sentido profissional que tem sido realizado pela técnica de serviço social e directora técnica da instituição, e pelas funcionárias da Instituição.

Devemos ainda relevar, por ser em nosso entender da mais elementar justiça, a disponibilidade e dedicação manifestada pelas funcionárias da instituição no período crítico do início da pandemia quando, nada nem ninguém sabia o que fazer, como agir, como participar ou mesmo quais os cuidados a ter para não contrair o vírus, permitiram com esse gesto manter em pleno a actividade permitida nesse período à instituição, fazendo com que nada faltasse aos nossos utentes.

Uma palavra sentida de reconhecimento e de agradecimento muito especial a todos aqueles que, mesmo no período atribulado porque passámos, voluntariamente colaboraram com a instituição.

Queremos também aqui deixar lavrado o nosso sincero reconhecimento e agradecimento, pela desinteressada participação e colaboração de todos os voluntários que connosco trabalharam nas diversas actividades que ainda foi possível levar a efeito.

A todos os sócios e em especial, a todos os utentes o nosso bem-haja pelo vosso apoio e pelo reconhecimento deste projecto como uma obra essencial e imprescindível na vida da nossa comunidade.

Não deixaremos de acreditar e lutar por um projecto que é, em nosso entender, da maior importância social e estratégica face ao envelhecimento da nossa população, de forma a evitar o desenraizamento das pessoas e a desertificação das nossas terras.

Discutido, votado e aprovado por unanimidade em reunião da Direcção de 16 de Outubro de 2021.

Envie-se ao Ex. Mo Presidente do Conselho Fiscal, para que este o sujeite ao veredicto do mesmo.
Envie-se ao Ex. Mo Presidente da Assembleia-geral, para que este o sujeite ao veredicto da mesma.

Cepos, 16 de Outubro de 2021

A Direcção