Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz

20 0utubro 2025

Programa de Acção e Orçamento

2026

20 Outubro 2025

Índice

Apresentação da Instituição	3
Constituição dos Órgãos Sociais	5
Área de Intervenção Geográfica	5
Memória	6
Programa de Acção	7
Orçamento	20
Conclusão	21
Anexos	26

20 Outubro 2025

Apresentação da Instituição

O Centro de Estudos Culturais Raio de Luz, foi fundado em 12 de Dezembro de 1979, por Escritura Pública, em Sesimbra, como Associação de Estudo, Defesa e Divulgação do Património Cultural e Natural.

Reconhecida a sua actividade, foi declarado Organismo de Utilidade Pública em 2 de Maio de 1984, por despacho do Senhor Primeiro Ministro.

Por Decreto do Senhor Bispo de Setúbal, D. Manuel da Silva Martins, de 26 de Maio de 1985, o Centro torna-se Pessoa Moral Canónica.

Em 3 de Março de1998 é alterada a sua denominação para Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz, por forma a poder desenvolver a vertente social, sendo reconhecida como IPSS por declaração da Direção Geral da Acção Social.

O Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz tem como linhas de orientação:

a) Promover e divulgar o Património Cultural e Ambiental através de estudos e publicações;
b) Editar o Jornal Regional RAIO DE LUZ, actualmente de periodicidade mensal;
c) Manter em funcionamento, desde 10 de Outubro de 1987, a Biblioteca D. Manuel da Silva Martins com o Serviço de Leitura Pública e empréstimo domiciliário de livros;
d) Promover Exposições de diversa temática;
e) Promover visitas guiadas;
f) Promover eventos culturais nas suas instalações ou em outros locais;
g) Manter em funcionamento diversas vertentes do Centro Cultural;
h) Manter em funcionamento um Centro Social constituído actualmente por um Centro de Dia;
i) Promover a concretização de novos equipamentos de âmbito Social;
j) Promover a Concretização de novos equipamentos de âmbito Cultural.

O Jornal Raio de Luz é propriedade do Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz.

Ficha Técnica do Jornal

Mensário Metropolitano: "RAIO DE LUZ"
Propriedade de: Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz
Contribuinte n.º: 500 958 726
Director: António Marques (C.P. 4466)
Secretariado Geral: Ana Olival e Silvia Antunes

Colaboradores:

Dr. Adelino Fortunato
Dr.ª Risoleta C. Pinto Pedro
Pedro Martins
Arqt.ª Sandra Patrício
José Vaz
António Proença
Carlos Otero
Lidice Meyer Ribeiro
Jorge Espinhal
Carlos Bicas
Eugénio Fonseca

20 Outubro 2025

Fotocomposição:
Ana Cristina Olival
Mário João Dionísio
Informática: Engº. Rui Cruz
Design e Edição: A Redacção
Impressão: Gráfica Eborense P.I.T.E. - Rua T, Lotes 16-18 - 7000 Évora
Registo ERC n.º 102384
Depósito Legal n.º 11/82
Periodicidade: Mensal
Tiragem média: 1000 exemplares
Sede: Redacção / Administração: Avenida D. Manuel da Silva Martins, 8 - Sampaio - 2970-585 SESIMBRA
Telefone: 212 681 554
Fax: 212 688 530
E-mail: jornal@raio-de-luz.org
Site: geral251.wix.com/cecas-raio-de-luz
Horário: de 2.ª a 6.ª feira, das 9.00 às 12.30 horas e das 14.00 às 17.30 horas.
Membro da Associação de Imprensa de Inspiração Cristã

Participação do Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz na gestão de outras Associações e Confederações

Associação de Imprensa de Inspiração Cristã
Direcção | Secretariado - Cargo assegurado pelo Presidente da Direcção Sr. António Marques

Conselho Executivo da Confederação Portuguesa das Associações de Defesa do Ambiente
Vogal - Cargo Assegurado pelo Presidente da Direcção Sr. António Marques

Feira Festa da Quinta do Conde
Cargo Assegurado pelo Secretário da Direcção Sr. Mário Dionísio

Núcleo Executivo do CLAS de Sesimbra - Concelho Local de Acção Social de Sesimbra
Representação pelo Presidente da Direcção Sr. António Marques

20 0utubro 2025

Constituição dos Órgãos Sociais

A actual constituição dos Órgãos Sociais do Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz, finda o seu mandato em 31 de Dezembro 2027.

ASSEMBLEIA - GERAL

Presidente – Vitor Ribeiro Antunes
Vice-Presidente – Joaquim Santos Diogo
Secretário – Francisco Caupers de Sousa Alvim

DIRECÇÃO

Presidente – António Manuel Rodrigues Marques
Vice-Presidente – Maria Teresa Pereira Rosa Mayer
Secretário – Mário João Apolinário Dionísio
Tesoureiro – António Fernando Rodrigues Sanches
Vogal – Justino Malheiro Pires

COMISSÃO DE CONTAS

Presidente – Elisabete Maria Leitão Nogueira da Luz Joaquim
Secretário – Maria da Consolação Manta Polido Alagoa
Relator – Armindo Almeida Diogo
Vogal - Manuel dos Santos Esteves Peixoto
Vogal – José Luís da Silva Rodrigues

Quadriénio 2024-2027

A nova constituição dos órgãos foi sufragada nas eleições a realizadas em 7 de dezembro de 2023, com homologação do Sr. Bispo de Setúbal.

Área de Intervenção Geográfica

A Área de Intervenção geográfica é de âmbito Nacional

20 Outubro 2025

Memória

O Programa de Ação para 2026 da nossa IPSS, que engloba as duas valências fundamentais da nossa instituição: Cultural, onde se insere o Jornal Mensal e Centro de Dia. Este plano reflete o nosso compromisso com a comunidade e a nossa missão de continuar a promover o bem-estar, a integração e o desenvolvimento social.

A área cultural será fortalecida com o objetivo de proporcionar momentos de lazer, aprendizagem e expressão artística.

O nosso jornal mensal é uma ferramenta essencial para manter a comunicação com a comunidade, implementaremos uma versão digital do jornal, facilitando o acesso ao público em geral.

O Centro de Dia é um dos pilares da nossa ação social, prestando apoio diário aos nossos utentes com o objetivo de melhorar a sua qualidade de vida.

Neste sentido, a Direcção do Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz vai continuar a:

20 Outubro 2025

Programa de Acção

ANGARIAÇÃO DE RECEITAS:

- Com a definição de objectivos e metas para a organização desejamos sempre que, para lá das comparticipações públicas, assegurar as nossas próprias receitas através de campanhas de fundos, donativos, e da rentabilização de algum espaço que se disponibiliza;
- Continuação da campanha sobre a consignação do IRS;
- Prestação de serviços à comunidade e rentabilização do património existente;
- Continuar a preparação da venda dos terrenos na Assenta de forma rentável para liquidar o capital em dívida do Crédito Comercial existente na Caixa de Crédito Agricola;
- Vendas de bens não perecíveis ou substituídos por outros;
- Realização de quermesse;
- Aquisição de um veículo em 2.ª mão para apoio às actividades do Centro Cultural/Social;

VALÊNCIA SOCIAL:

- Continuar a participar nas estruturas da Rede Social/Centro Local de Acção social de Sesimbra e Centro Social da Freguesia do Castelo e com parceiros locais, (Acção Social/IPSS);
- Fortalecer e privilegiar na acção o diálogo com os nossos parceiros, designadamente com as diversas estruturas da Segurança Social, com a Câmara Municipal de Sesimbra, com os Centros de Saúde do Concelho de Sesimbra etc., bem como com as entidades locais, assim como, estabelecer acordos com as respectivas entidades;
- Consolidação do funcionamento do Centro de Dia;
- Perspectivação da abertura de outros serviços à comunidade
- Potenciação da utilização das instalações por agentes externos.

1- Centro Social

Recursos Previstos	
Humanos	
Direcção (5 membros)	X
Administrativo	X
Pessoal Técnico	X
Colaboradores Externos	X
Físicos e Logísticos	
1 Veículo ligeiro de passageiros de 9 lugares (adaptado ao transporte de pessoas com mobilidade reduzida)	X
1 Grua para transferência de Utentes com mobilidade reduzida	X
1 Edifício projectado para funcionamento do Centro de Dia	X
Fornecimento de Serviços Externos: Combustível, água, material de escritório, telefone, telemóvel, internet, seguros, produtos de higiene e limpeza.	X
Financeiros	
Mensalidades dos Utentes	X
Protocolo ISS, IP	X
Receitas obtidas com a realização de campanhas e eventos	X
Junta de Freguesia do Castelo	X
Câmara Municipal de Sesimbra	X
Junta de Freguesia da Quinta do Conde	X

ANEXO 1

2 - Obras:

- Desenvolvimento da ideia de remodelação da cobertura do piso 2 do Centro de Dia,
- Ampliação
- Desenvolvimento de um novo acesso ao Centro de Dia

20 Outubro 2025

VALÊNCIA CULTURAL:

1 - Centro Cultural

Entramos num período de maior estabilidade e liberdade de ação, o que se refletirá positivamente na programação para 2025. Prevê-se que o Centro Cultural consiga concretizar integralmente a sua programação anual, conforme aqui projetado. Esta programação pretende afirmar-se não só como uma referência a nível concelhio, mas também metropolitano, apresentando à consideração da Assembleia um plano evolutivo que permitirá acrescentar outros eventos ao longo do ano de 2026.

Esta programação tem como objectivos:

- Promoção de colóquios/debates integrados no desenvolvimento da consciencialização da cidadania;
- Promoção de colóquios/debates integrados no âmbito da instituição designadamente com o apoio de agentes locais e nacionais
- Preparação da exposição sobre a história do Centro e do Jornal, no âmbito dos 50 anos do 25 de Abril e do Jornal;
- Continuação do intercâmbio com associações do concelho e da área metropolitana;
- Desenvolvimento do projecto do Prémio Fotográfico Raio de Luz (se existir apoio Municipal ou de entidades privadas).
- Desenvolvimento do projecto do Prémio Literário Raio de Luz
- Desenvolvimento do arquivo digital disponível à comunidade.
- Continuação da recolha de livros para o fundo da Biblioteca da Instituição;
- Desenvolvimento do arquivo de imagens e da sua disponibilização pública;
- Reorganização dos serviços da Biblioteca.

20 Outubro 2025

Recursos Previstos	
Humanos	
Direcção (5 membros)	X
Administrativo	X
Pessoal Auxiliar	X
Colaboradores Externos	X
Físicos e Logísticos	
1 veículo ligeiro de Passageiros de 9 lugares (adaptado ao transporte de pessoas com mobilidade reduzida)	X
1 Edifício projectado para funcionamento da Sede e Centro Cultural	X
Fornecimento de Serviços Externos: Combustível, água, material de escritório, telefone, telemóvel, internet, seguros, produtos de higiene e limpeza.	X
1 Equipamento de som adquirido para dar resposta às actividades culturais desenvolvidas no auditório do Centro Cultural	X
1 Equipamento de imagem (vídeoprojector) no auditório do Centro Cultural	
Financeiros	
Quotas de Sócios	X
Donativos	X
Receitas obtidas com a realização de campanhas e eventos	X
Junta de Freguesia do Castelo	X
Câmara Municipal de Sesimbra	X
Junta de Freguesia da Quinta do Conde	X
Junta de Freguesia de Santiago	X

20 0utubro 2025

Actividades Previstas

20 Outubro 2025

Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz

Centro Cultural | *Planeamento de Actividades*
2025

Tipo de Acção	Mês	Dia	Hora	Local	Evento	Orador convidado	Ap. Musical
	janeiro	3					
		10			Concerto de Ano Novo Grupo Musical "O Sol é um Raio de Luz"		
		17					
		24					
		31	15h00	Auditório Raio de Luz	**50.º Aniversário do Jornal Raio de Luz**		
	fevereiro	7					
		14			14 a 17 carnaval		
		21					
		28					
	março	7					
		14					
		21					
		27		Auditório Raio de Luz	Assembleia Geral		
		28					
	abril	4			Páscoa		
		11					
		18					
		25			25 abril		
	maio	2			1 a 4 Maio		
		9					
		16	16h00	Auditório Raio de Luz	Cineclube		
		23					
		30					
	junho	6					
		13			St. António		
		20	15h	Auditório Raio de Luz	**Concerto de Verão** Grupo Musical "O Sol é um Raio de Luz"		
		27					
	julho	4					
		11					
		18					
		25					
	setembro	26			Aniversário Grupo Musical "O Sol é um Raio de Luz"		
	outubro	3			5 outubro		
		10					
		17					
		23		Auditório Raio de Luz	Assembleia Geral		
		24					
		31					
	novembro	7					
		14					
		21	16h00	Auditório Raio de Luz	Cineclube		
		28					
	dezembro	5					
		12	11h00	Missa	**47º Aniversário do CECAS Raio de Luz**		

2- Biblioteca Pública:

- Manutenção e valorização do espólio da Biblioteca Pública D. Manuel da Silva Martins, inventariação (actualização) e disponibilização pública do espólio.

Actividades em Programação

- **Conferencia Frei Agostinho da Cruz (3 de Maio 1540 – 14 de Maio 1619)**

Dr.º Ruy Ventura

- **Conferência "Paisagem Cultural, Natural e Espiritual" Cabo Espichel**
- **Conferência "Noticias Falsas"**

Director Raio de Luz
Lusa
Director do Sem mais
Director do Jornal Rostos - Barreiro
Paulo Ribeiro AIIC
Bispo de Setúbal

- **Acção de Formação em Fotografia**

Destinatários: funcionários do CECAS Raio de Luz, dirigentes e autarcas (funcionários de juntas de freguesia e câmara) numa primeira fase e sócios do Centro Cultural, assinantes do Jornal Raio de Luz e Público numa segunda fase.

- **Actividade educativa "Fernão de Magalhães"**
- **Apresentação de Livro de Sandra Patrício**
- **Apresentação de Livro de Fernando Fitas**
- **Apresentação de Livro de António Marques**
- **Conferência sobre o Ambiente**
- **Desenvolvimento da ideia Arrábida Património Cultural e Espiritual**

3- Jornal Raio de Luz:

- Publicar mensalmente o Jornal Raio de Luz, podendo esta periodicidade ser revista;
- Publicar mensalmente, sempre que possível, e necessário os suplementos "Especial Quinta do

Conde", "Especial Castelo", "Especial Santiago", "Nova Cultura" e "Incêndio na Fábrica de Extintores";

- Acompanhar e publicar de forma sistemática suplementos temáticos;
- Continuar com a reformulação gráfica do Jornal e com a dinamização de novos conceitos gráficos e mais apelativos;
- Continuação da política de abertura do jornal a novos colaboradores;
- Dinamização da penetração do Jornal a todo o concelho com maior relevância à Quinta do Conde e à Área Metropolitana;
- Dinamização da angariação da publicidade, com incentivos;
- Prestar atenção à divulgação do jornal na página do Facebook e em outras plataformas digitais;
- Desenvolver uma nova imagem e um novo site para o Jornal, integrado no site geral do Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz;
- Desenvolvimento da actividade de apoio e de divulgação do Jornal designadamente conferências, apresentação de obras literárias, concertos e de todos os eventos que sejam coincidentes com as linhas definidas estatutariamente;
- Organização do Arquivo Digital Fotográfico do Raio de Luz. (vai-se propor um programa, com esta finalidade ao Município ou a programas da CCDR)
- Trabalhar em conjunto com a AIIC - Associação de Imprensa de Inspiração Cristã, onde estamos representados na direcção.
- Trabalhar em Conjunto com A CPADA - Confederação das Associações de Defesa do Ambiente

20 0utubro 2025

Recursos Previstos	
Humanos	
Director	X
Administrativo	X
Pessoal Auxiliar	X
Estagiários	X
Físicos e Logísticos	
Fornecimento de Serviços Externos: Combustível, água, material de escritório, telefone, telemóvel, internet, seguros, produtos de higiene e limpeza.	X
1 Computador especifico para a feitura do Jornal	X
Gráfica Eborense - Impressão e despacho da Edição	X
CTT Expedição do Jornal	X
Financeiros	
Quotas de Sócios	X
Donativos	X
Assinaturas	X
Publicidade	X

20 Outubro 2025

4 - Cineclube Raio de Luz

- Projecção de Filmes
- Participação/Parceria em eventos da Instituição
- Participação em eventos e actividades a convite de outras entidades

O Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz pretende dar continuidade ao Projecto Cineclube Raio de Luz

Recursos Previstos	
Humanos	
Sócios	X
Administrativo	X
Pessoal Técnico da Câmara Municipal de Sesimbra	X
Físicos e Logísticos	
1 Auditório	X
1 Sala de arrumos	X
1 Equipamento de som	X
Fornecimento de Serviços Externos: Transporte, água, luz, material de escritório, seguros, produtos de higiene e limpeza.	X
Financeiros	
Quotas de Sócios	X

20 Outubro 2025

5 - Grupo Musical "O Sol é um Raio de Luz"

- Ensaios semanais
- Participação nas datas festivas da Instituição
- Participação em eventos e actividades a convite de outras entidades e IPSS

Recursos Previstos	
Humanos	
Mentor	X
Administrativo	X
Pessoal Auxiliar	X
Pessoal Técnico da Câmara Municipal de Sesimbra	X
Físicos e Logísticos	
1 Sala de Aulas	X
1 Auditório	X
Fornecimento de Serviços Externos:, água, luz, material de escritório, seguros, produtos de higiene e limpeza.	X
Financeiros	
Quotas de Sócios	X
Donativos	X

6 - Obras

- Continuar a preparação da conclusão do processo de obras do Centro Cultural ainda por regularizar, desde 2019 em que aguardamos a posição municipal relativamente à realização e pagamento das Medidas de Autoprotecção.
- Iniciar o estudo e indagar as fontes de financiamento para retirar o amianto que actualmente existe na cobertura do edifício do Centro Cultural, tornando a cobertura do 2º piso acessível.
- Preparação da reparação da fachada do Centro Cultural e outras obras de manutenção internas.
- Projecto da Assenta:
    - Vivendas
    - Espaço de Repouso e Reflexão

IMAGEM:

a) Estudo de página do Centro, do Centro Social e do Jornal na web;

b) Continuação da promoção do Jornal;

c) Divulgação do Arquivo Fotográfico do Raio de Luz;

d) Grupo Musical O Sol é como um raio de luz

RECURSOS HUMANOS:

- Investimento na formação e na valorização pessoal e profissional dos trabalhadores em parceria com IPSS's e outras entidades;
- Contratação do pessoal necessário e indispensável para o bom funcionamento do Centro Social e do desenvolvimento das valências sociais;
- Aproveitamento dos vários programas existentes, para desenvolvimento das atividades e das valências do Centro e parceria com o IEFP e SS;
- Dinamização dum programa de voluntários entre Jovens e Reformados;
- Apoio ao desenvolvimento dos recursos de cidadãos, portadores de deficiência ou incapacidade, sob a orientação dos programas existentes.

20 0utubro 2025

OUTRAS ACTIVIDADES:

Desenvolvimento de Actividades Lúdicas e Recreativas:

- Comemoração de datas assinaláveis designadamente do aniversário do Centro, do Jornal e do Centro de Dia;
- Promoção de intercâmbio com outras entidades com os mesmos fins, para divulgação e desenvolvimento conjunto de convívio.

Actividades Desportivas:

- Organização de caminhadas em parceria com outras entidades.

Actividades Sociais e Lúdicas:

- Percursos Turísticos pela Área Metropolitana de Lisboa;

20 Outubro 2025

Orçamento

O orçamento para o próximo ano foi delineado para responder às exigências e metas de cada uma das valências, com foco em uma gestão eficiente dos recursos. Os pontos principais incluem:

• Recursos para o Centro de Dia: O investimento em infraestrutura e materiais de apoio será essencial para a manutenção da qualidade dos serviços prestados. Serão destinados 5.000 euros para melhorias no espaço e aquisição de equipamentos.

• Atividades Culturais e Projetos Comunitários: Serão alocados 2.000 euros para as atividades culturais, com a previsão de novos eventos e a criação de espaços que incentivem a prática cultural e o intercâmbio entre os participantes.

• Sustentabilidade e Inovação: Será reservada uma parte do orçamento para práticas de sustentabilidade, incluindo a otimização de recursos e a implementação de soluções ecológicas, beneficiando o meio ambiente e reduzindo custos a longo prazo.

20 Outubro 2025

Conclusão

O Programa de Ação para 2026 traduz a nossa visão de uma IPSS inovadora, inclusiva e participativa, permanentemente orientada para as necessidades e o bem-estar da comunidade que servimos. Com o contributo e envolvimento de todos, acreditamos ser possível continuar a fazer a diferença na vida das pessoas que apoiamos. Contamos com a colaboração de cada um para, em conjunto, construirmos um futuro mais sólido e sustentável para os nossos utentes e para a comunidade em geral.

Sampaio, 20 de Outubro de 2025

A Direcção,

20 Outubro 2025

CLASSE 7	Rendimentos	Jornal	Geral	Centro de Dia	TOTAL
CONTA	RUBRICA				
72	**Prestações de serviços**	**4 796,57**	**2 112,00**	**140 000,00**	**146 908,57**
72142	Centro Dia	0,00		90 000,00	90 000,00
722	Quotas		2 112,00		2 112,00
72411	ISS, IP - Centro Distrital			50 000,00	50 000,00
725011	Outros - Tx Reduzida	1 296,57			1 296,57
725101	Assinatura Jornal - Tx Reduzida				0,00
725103	Publicidade - Tx Normal	3 500,00			3 500,00
725201	Outros serviços				0,00
75	**Subsidios, doações e legados**	**60,00**	**69 507,22**	**10 402,00**	**79 969,22**
7511503	Sub ISS- Apoio aquisição Combustível				0,00
7513	Câmara Municipal Sesimbra		63 426,72		63 426,72
7514	Junta Freguesia Castelo		1 800,00		1 800,00
7515	IEFP			9 436,00	9 436,00
7518	Outras Entidades Publicas - IAPMAE				0,00
753101	Donativos Fiscais em Dinheiro	60,00	3 280,50	666,00	4 006,50
753102	Donativos não Fiscais em Dinhei 0,5% IRS		1 000,00		1 000,00
7531032	Diversos /Outras Entidades			300,00	300,00
78	**Outros rendimentos**	**626,76**	**40 144,85**	**931,40**	**41 703,00**
781	Outros Rendimentos Suplementares		14 025,00	1,50	14 026,50
781901	Reembolsos Diversos - 10% CMS - Protocolo		18 737,78		18 737,78
781902	Reembolsos Diversos				0,00
7872	Sinistros				0,00
7873	Rendas e outros rendimentos em		6 974,07		6 974,07
7881	Correcções relativas a periodos anteriores	626,76		123,00	749,76
78832	Outras Entidades				0,00
7885	Restituição de impostos		408,00	806,90	1 214,90
7888	Outros não especificados				0,00
	Reembolsos Diversos				0,00
79	**Juro, dividendos e Outros rendimentos similares**	**0,00**	**39,89**		**39,89**
7911	de depósitos		39,89		39,89
	TOTAL RENDIMENTOS	**5 483,33**	**111 803,96**	**151 333,40**	**268 620,68**

20 Outubro 2025

CLASSE 6	GASTOS	Jornal	Geral	Centro de Dia	TOTAL
CONTA	RUBRICA				
61	**CUSTO MERCADORIAS E MATÉRIAS CONSUMIDAS**	**0,00**	**0,00**	**1 590,00**	**1 590,00**
61211	custo mercadorias			1 590,00	1 590,00
62	**Fornecimentos e serviços**	**16 657,64**	**46 094,02**	**93 370,41**	**156 122,07**
6211	Exploração de Refeitorio e Forne			18 315,00	18 315,00
62211	Trabalhos especializados - Não	863,96			863,96
622114	Trabalhos especializados - Não deu		4 482,93	3 652,22	8 135,15
62212	Trabalhos especializados - Tx N				0,00
622120	Contratos Manutenção e Assistência Tecnica		1 437,28	1 836,20	3 273,48
6221201	Contratos de Assistência Técnica - Não Dedutivel	97,59		1 696,63	1 794,23
62214	Trabalhos Tipográficos - Tx Reduz	11 649,43			11 649,43
62221	Publicidade e propaganda - Não				0,00
62222	Publicidade e propaganda - Tx R				0,00
6223	Vigilância e Segurança	92,62	833,75		926,37
62231	Vigilância e segurança - Não De				0,00
62232	Vigilância e segurança - Tx Norm				0,00
6224	Honorários	287,28		2 068,25	2 355,53
62241	Honorários - Não Dedutivel		2 389,33		2 389,33
6225	Comissões		630,68	348,54	979,22
62261	Conserv. e reparação Edificios		26,79	2 000,00	2 026,79
622611	Conserv. e reparação Edificios				0,00
622612	Conserv. e reparação Instituição				0,00
622621	Conserv. e Reparação Viaturas -			1 250,00	1 250,00
62263	Conservação Reparação - Equipamentos			542,92	542,92
62264	Contratos Manutenção	5,04	498,78		503,83
6227	Serviços Limpeza		4 668,30	37 932,30	42 600,60
6228	Outros				0,00
6231	Ferram. utensílios desgaste rápi			250,00	250,00
62312	Ferram. e utensílios desgaste rá				0,00
6232	Livros e Documentos Técnicos		42,04		42,04
62331	Material de escritório - Não Dedu				0,00
62332	Material de escritório - Tx Norma				0,00
62334	Material de escritório - Não Dedu		413,65	200,00	613,65
6235	Material Didáctico				0,00
6237	Mat. Hoteleiro				0,00
6238	Material Protecção COVID				0,00
62411	Electricidade Taxa Reduzida	0,96			0,96
62412	Electricidade - Tx Normal	367,71			367,71
62413	Electricidade - IVA Autoliquidaçã				0,00
62414	Eletricidade Não Dedutivel	840,00	7 560,00	10 800,00	19 200,00

6242	Combustiveis			2 500,00	2 500,00
6243	Água	52,41	781,85	600,00	1 434,26
62431	Água - Não Dedutivel				0,00
6244	Gás			350,00	350,00
6248	Outros				0,00
62511	Deslocações de Pessoal				0,00
625111	Transportes				0,00
625113	Portagens / Estacionamentos				0,00
62513	Refeições		178,49		178,49
62514	Portagens	84,08	50,45		134,52
62512	Deslocações Utentes				0,00
62513	Deslocações Direcção				0,00
6253	Transportes de mercadorias - IV				0,00
62611	Rendas e alugueres - Não Dedut				0,00
62612	Rendas e alugueres - Tx Normal				0,00
62613	Rendas e alugueres - Tx Normal	525,44			525,44
62614	Rendas e alugueres - Não Dedut		99,34	729,57	828,91
626211	Comunicações Globais - Não De				0,00
626212	Comunicações Globais - Tx Nor				0,00
626213	Comunicação Normal - IVA TX Normal	1 391,21			1 391,21
626214	Comunicação Normal - não dedutivel		362,85	960,00	1 322,85
626221	CTT - Não Dedutivel				0,00
626222	CTT - Tx Normal				0,00
626224	CTT - N-ao Dedutivel	386,66	4,05	9,00	399,71
62631	Seguros	13,25	866,98	2 698,56	3 578,79
62632	Seguros Equipamentos				0,00
62633	Seguros Acidentes Pessoais				0,00
62634	Seguros Multiriscos				0,00
6265	Contencioso e notariado				0,00
6266	Despesas de representação				0,00
6267	Limpeza, higiene e conforto		420,32	4 000,00	4 420,32
62671	Limpeza, higiene e conforto - Nã				0,00
62672	Limpeza, higiene e conforto - Tx				0,00
626801	Outros serviços		20 346,15	590,04	20 936,19
626802	Serviços Saúde e Medicamentos				0,00
626803	Vestuário Utentes				0,00
626807	Serviços de Jardinagem , Flores				0,00
626816	Artigos para Festas, Eventos e C				0,00
6269	Rouparia			41,20	41,20
63	**Gastos com o Pessoal**	**9 982,26**	**21 704,64**	**126 985,52**	**158 672,42**
6321	Remunerações Certas	7 298,90	14 400,53	93 351,82	115 051,25
6322101	Sub. Alimentação Isento	605,00	1 210,00	7 315,00	9 130,00
6322102	Subs.Transporte Isento				
6322201	Outras Remunerações Adicionai		1 310,88		1 310,88
6322205	Horas Extraordinárias				0,00
6352	Segurança Social	1 756,36	3 773,23	22 448,70	27 978,29
6358	Fundo de Garantia				
636	Seguros Acidentes Trabalho	300,00	900,00	3 500,00	4 700,00
63801	Outros		10,00		10,00
63802	Formação Profissional		30,00	110,00	140,00
63803	Medicina, Higiene e Segurança no Trabalho	22,00	70,00	160,00	252,00

63806	Vestuário e Calçado Pessoal			100,00	100,00
63820	Bolsa CEI				
64	**Gastos de depreciação e de a**				
642	Activos fixos tangíveis				
68	**Outros gastos**	**53,45**	**407,75**	**2 680,06**	**3 141,26**
6813	Taxas		175,35	631,62	806,97
6881	Correcções relativas a períodos			1 948,44	1 948,44
6882	Multas n\ao fiscais		32,40		32,40
6883	Quotizações	45,00	200,00	100,00	345,00
6888	Outros não especificados	8,45			8,45
69	**Gastos de financiamento**	**0,00**	**1 461,81**	**6 570,02**	**8 031,83**
6911	Juros de financiamentos obtidos		1 461,81	6 570,02	8 031,83
	TOTAL GASTOS	**26 693,34**	**69 668,22**	**231 196,01**	**327 557,57**

CLASSE 8	RESULTADOS	Jornal	Geral	Centro de Dia	TOTAL
85	**RESULTADOS ANTES IMPOSTOS**	**-21 210,01**	**42 135,74**	**-79 862,61**	**-58 936,89**
86	**IMPOSTO RENDIMENTO EXERCÍCIO**				
88	**RESULTADO LÍQUIDO**	**-21 210,01**	**42 135,74**	**-79 862,61**	**-58 936,89**

20 Outubro 2025

INVESTIMENTO

INVESTIMENTO MÉDIO E LONGO PRAZO	VALOR
Ativos Intangíveis	0,00
Bens domínio público	
Goodwill	
Projetos de desenvolvimento	
Programas de Computador	
Propriedade Industrial	
Outros Ativos intangíveis	
Ativos Fixos Tangíveis	7 000,00
Bens domínio público	
Bens do Património Histórico e Cultural	
Terrenos e Recursos Naturais	
Edifícios e Outras Construções	4 000,00
Equipamento Básico	2 000,00
Equipamento de Transporte	
Equipamento Administrativo	1 000,00
Equipamentos Biológicos	
Outros ativos fixos tangíveis	
Propriedades de Investimento	
Investimentos Financeiros	
Outros ativos Financeiros (não correntes detidos para venda)	
TOTAL INVESTIMENTO - MLP	7 000,00

INVESTIMENTOS EM CURSO	VALOR
Novas aquisições (compras e prestações serviços)	
Adiantamentos	
Trabalhos própria Entidade	
Transferência para Imobilizado pela conclusão obra (-)	
TOTAL INVESTIMENTO EM CURSO	0,00

INVESTIMENTOS - CP	VALOR
Outros ativos Financeiros	
Outros passivos Financeiros	
TOTAL INVESTIMENTO - CP	0,00

TOTAL NOVO INVESTIMENTO:	7 000,00

20 0utubro 2025

ANEXO 1

Centro de Estudos Culturais
e de Ação Social Raio de Luz

Programa de Acção 2026

Centro Social
Raio de Luz

Sampaio, Outubro de 2025

Índice

1. Identificação do Centro Social Raio de Luz 3
3. Nota Introdutória 4
4. Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz 6
4.1. Apresentação Institucional 6
4.2. Centro Social Raio de Luz 8
4.2.1. Respostas Sociais 8
4.2.2. Serviços de Apoio à Comunidade 9
4.2.3. Plano Estratégico para o ano 2026 9
5. Plano de Actividades/Serviços a Prestar – Centro de Dia / 2026 11
5.1. Avaliação, Monotorização e Revisão das Atividades 16

1. Identificação do Centro Social Raio de Luz

Denominação Social: Centro Social Raio de luz

Equipamento Centro Social Raio de Luz: Rua Quinta de São José, n º 6, Sampaio, 2970-212 Sesimbra

Data de Abertura: 01/10/2018

Atividade Económica: 88101 – Atividade de Apoio Social para Pessoas Idosas sem Alojamento

Resposta Social: Centro de Dia

Telefone:211803011

E-mail: direccaotecnica.centrodedia@raio-de-luz.org

2.Enquadramento das atividades nas finalidades estatuárias da instituição

A implementação do Centro Social enquadra-se no âmbito dos objetivos de cariz social referidos nos estatutos da associação, nomeadamente, nas seguintes alíneas:

a) A prossecução e realização, por si só e/ou em colaboração com outras entidades, mediante a concessão de bens e a prestação de serviços, de iniciativas de apoio à comunidade local, das famílias em geral e das crianças, jovens e idosos em particular;

c) Apoiar a integração social e comunitária das famílias;

d) Cooperar com os órgãos do poder local, regional ou central, e também com entidades privadas, na consecução de fins comuns, nomeadamente contribuir para a resolução de problemas sociais, económicos e educacionais.

No seguimento dos objetivos acima mencionados, o Centro de Estudos Culturais e de Ação Social Raio de Luz, propõem-se a implementar e manter os seguintes objetivos de natureza social: um Centro Cultural, um Centro de Dia para Apoio a Idosos, um Serviço de Apoio Domiciliário a Idosos Deficientes e/ou Acamados e uma Residência Assistida/Lar.

3. Nota Introdutória

As alterações sofridas pelas sociedades modernas e o seu reflexo nos contextos europeus e mundiais, onde prevalecem prioritariamente os conceitos de otimização da economia, levam-nos a dar particular atenção ao impacto que estes fenómenos produzem nas famílias, bem como nos grupos mais vulneráveis dos quais se destacam os idosos.

A sociedade contemporânea rege-se por valores materiais o que implicam ter como objetivo a rentabilização da produção em que se privilegiam apenas os indivíduos ativos.

O idoso sem autonomia é rapidamente excluído do trabalho, das funções de aquisição de produção, manutenção e transmissão de conhecimentos. Sendo assim, não é difícil prever a tendência ao isolamento e que assume cada vez mais uma situação de dependência.

O contexto descrito tem vindo a agravar-se ao longo do tempo, sendo confirmado pela mensagem proferida pelo Ministro da Solidariedade Social, no Seminário "Envelhecer: um Direito em Construção" já em 1998 em que referiu: ***"estão a dar-se grandes transformações estruturais na sociedade portuguesa: transformações demográficas, económicas, sociais e culturais, de que o envelhecimento é um efeito e ao mesmo tempo um fator. Trata-se de um fenómeno global, que afeta não só os idosos, mas também as famílias, todos os meios e estratos sociais, nalguns dos quais com particular gravidade, colidindo com a capacidade das famílias em responder a esse desafio. É um fenómeno social que a todos diz respeito..."***

As alterações no quadro da política social, bem como o aumento da procura, repercutiram-se no alargamento da rede de instituições para idosos, na medida em que, paralelamente às mudanças políticas ocorriam as mudanças no tecido e contexto social. Em consequência emerge uma ação social que, na sua maior parte, é exercida por instituições particulares de solidariedade social apoiadas financeiramente pelo Estado, mediante protocolos de cooperação como é o caso do Centro Social Raio de Luz, no exercício da resposta social Centro de Dia.

Neste contexto, a resposta social **Centro de Dia** constitui um apoio dado através da prestação de um conjunto de serviços dirigidos a idosos da comunidade, cujo objetivo fundamental é desenvolver atividades que proporcionem a manutenção dos idosos no

seu meio sociofamiliar, apoiando o desenvolvimento de um conjunto de atividades sócio recreativas, culturais, de estimulação motora e estimulação cognitiva destinadas aos idosos.

Frequentar um centro dia constitui um recurso importante para o bem-estar biopsicossocial dos idosos, especialmente em função das atividades que podem ser realizadas e que estimulam a independência para as atividades da vida diária.

A perda das atividades instrumentais de vida diária acontece anteriormente e de forma mais acentuada que as atividades básicas de vida diária, envolvendo tarefas mais globais e que exigem menos estímulo cognitivo.

Segundo estudos efetuados na matéria, existe um grau de satisfação muito grande entre os idosos que passam o dia em Centros de Dia, devido às atividades que realizam, a interação com os colegas e o carinho das pessoas responsáveis como complemento à interação familiar.

Neste sentido pretendemos implementar um conjunto de atividades de acordo com estes objetivos e tendo sempre como linha condutora a promoção de autonomia e bem-estar, valorização do individuo e resposta às suas necessidades da vida diária. Realizaremos inquéritos de satisfação que permitam conhecer melhor o grau de satisfação com os serviços e oportunidades de melhoria, sendo essa a linha de base para as futuras melhorias.

"Saber envelhecer é a obra-prima da sabedoria e um dos capítulos mais difíceis na grande arte de viver" **Hermann Melville**

4. Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz

4.1. Apresentação Institucional

O Centro de Estudos Culturais e de Acção Social Raio de Luz é uma instituição particular de solidariedade social, sob a forma de associação, sem fins lucrativos, sociocultural e ambiental de inspiração cristã, ligada à Igreja Católica, que visa fundamentalmente a promoção e valorização social, cultural, recreativa e intelectual da pessoa humana baseada nos valores morais da Justiça e da Solidariedade Social regida pelas disposições da lei aplicável e, em especial, pelos presentes estatutos.

O Centro de Estudos Culturais Raio de Luz foi fundado em 12 de Dezembro de 1979, por Escritura Pública, em Sesimbra, como Associação de Estudo, Defesa e Divulgação do Património Cultural e Natural.

Reconhecida a sua atividade, foi declarado Organismo de Utilidade Pública em 2 de Maio de 1984, por despacho do Senhor Primeiro Ministro.

Por Decreto do Senhor Bispo de Setúbal, D. Manuel da Silva Martins, de 26 de Maio de 1985, o Centro torna-se Pessoa Moral Canónica.

Em 3 de Março de 1998 é alterada a sua denominação para Centro de Estudos Culturais e de Ação Social Raio de Luz, por forma a poder desenvolver a vertente social, sendo reconhecida como IPSS por declaração da Direção Geral da Ação Social.

Segundo os principais objetivos descritos nos estatutos da associação, a mesma define os seguintes:

a) A prossecução e realização, por si só e/ou em colaboração com outras entidades, mediante a concessão de bens e a prestação de serviços, de iniciativas de apoio à Comunidade local, das famílias em geral e das crianças, jovens e idosos em particular;

b) Promover ações de intervenção comunitária e apoio à família, nomeadamente através da criação de um gabinete de apoio à família e da realização de cursos de formação;

c) Apoiar a integração social e comunitária das famílias;

d) Cooperar com os órgãos do poder local, regional ou central, e também com entidades privadas, na consecução de fins comuns, nomeadamente contribuir para a resolução de problemas sociais, económicos e educacionais;

e) Apoiar a investigação nos domínios históricos, científico e artístico, designadamente através da promoção de cursos sobre história, arte, literatura e, de uma maneira geral, sobre a cultura ou civilização de raiz sesimbrense, da Península da Arrábida onde se situa e da Área Metropolitana de Lisboa, onde se integra, ou ainda, através da recolha de material histórico, etnográfico, antropológico e folclórico ainda existente na região metropolitana;

f) Contribuir para a promoção, defesa, valorização e conservação do património cultural, natural e artístico da Região, nomeadamente através da feitura de mapas linguísticos, artísticos, botânicos ou turísticos e da criação de uma Biblioteca-Museu de utilidade pública;

g) Fazer a divulgação e intercâmbio com entidades exteriores à Região, das formas culturais e das publicações, filmes, obras musicais ou outras artes que tenham por base o homem ou a natureza da região;

No seguimento dos objetivos acima mencionados, o Centro de Estudos Culturais e de Ação Social Raio de Luz, propõem-se a implementar e manter:

Objetivos de natureza Cultural:

a) Promover a realização de espetáculos, festivais, exposições, congressos, colóquios, palestras ou conferências, mesas redondas no âmbito das suas áreas de intervenção;
b) Promover ações de defesa e de educação ambiental;
c) Publicar um jornal de opinião e informação;
d) Fomentar a atividade desportiva, designadamente mediante a criação de um grupo desportivo.

Objetivos de natureza social:

a) Um Centro Cultural.
b) Um Centro de Atividades de Tempos Livres.
c) Um Centro de Dia para apoio a idosos.

d) Um Serviço de Apoio Domiciliário a idosos deficientes e/ou acamados.

e) Uma Residência Assistida/Lar.

4.2. Centro Social Raio de Luz

4.2.1. Respostas Sociais

Centro de Dia (CD)

A resposta social de Centro de Dia, com acordo de cooperação celebrado com o Instituto da Segurança Social, abrange um total de 30 comparticipações, correspondente a 50% da capacidade do equipamento no desenvolvimento da resposta. A mesma já se encontra em funcionamento desde o dia 01 de Outubro de 2018.

Continuaremos a efetuar a melhoria dos Serviços de Apoio:

Investiremos na melhoria dos serviços de apoio diário, focando no bem-estar e na qualidade de vida dos nossos utentes, com ênfase em atividades recreativas e de estimulação cognitiva.

Formação Contínua da Equipa:

Aumentaremos o investimento em formação para os colaboradores, garantindo um atendimento mais qualificado e humanizado.

Integração com a Comunidade:

Será dada continuidade aos programas intergeracionais, promovendo a convivência entre os utentes e a comunidade local, o que contribui para a inclusão social dos nossos idosos.

A divulgação dos serviços prestados, no âmbito da resposta social mencionada, será contínua e diversificada, com o intuito da integração de novos utentes.

Atualmente o Centro de Dia, presta os seguintes serviços:

- Alimentação (pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar);
- Higiene Pessoal;
- Tratamento de Roupa;
- Assistência Medicamentosa;
- Atividades de estimulação cognitiva;
- Atividades de estimulação motora;
- Atividades Socioculturais;
- Transporte.

4.2.2. Serviços de Apoio à Comunidade

- **Cedência de Espaços com Equipamentos** - Este serviço tem como finalidade a cedência de espaços, tais como a Sala de Formação, a Cozinha, a Sala de Convívio e a Sala de Refeições, enquadrada no desenvolvimento de ações de formação e/ou ações socioculturais.
- **Serviço de Enfermagem -** No seguimento de parcerias, o Centro Social Raio de Luz, disponibiliza da prestação de Cuidados de Enfermagem no equipamento, ou o encaminhamento para os domicílios.

4.2.3. Plano Estratégico para o ano 2026

O presente plano prevê uma dinâmica para o ano 2026 alicerçada nos seguintes eixos estratégicos:

- **Sustentabilidade:** Continuam a aumentar os níveis de sustentabilidade através de uma gestão rigorosa e de empreendedorismo, assente rentabilização dos espaços constituintes do equipamento do Centro Social, simultaneamente, no aumento das receitas e na criação de novos serviços;

- **Certificação da Qualidade:** No contexto da qualidade a Direção de Serviços pretende concluir a uniformização da documentação e procedimentos, em concreto das instruções de trabalho, com vista à certificação da qualidade. No processo de qualidade distingue-se 5 dimensões: **eficiência**, no que concerne à prestação de serviços com o mínimo de gastos possíveis; **eficácia**, no que respeita à possibilidade de alcançar os resultados esperados; **acessibilidade**, no âmbito da facilidade de acesso aos serviços; **segurança**, na extensão de minimizar os riscos associados à prestação dos serviços e, finalmente, a **equidade** que garante o acesso aos serviços a todos os que deles necessitam.

A certificação da qualidade de gestão nas IPSS apresenta significativas vantagens, nomeadamente, a uniformização de procedimentos que garante maiores níveis de produtividade, bem como a clara definição dos objetivos e das tarefas, motivando os colaboradores, tornado mais visíveis os resultados do trabalho efetuado. Destacam-se de igual forma, evidentes vantagens ao nível da comunicação interna e externa das instituições.

Assim a instituição melhora a sua imagem externa e sua reputação ao nível dos clientes em geral. Todavia, o processo de certificação da qualidade apresenta-se como um moroso e rigoroso processo.

- **Metas e Dinâmicas:**

Respostas Sociais:

- Garantir a melhoria da qualidade dos serviços, assumindo a focalização no cliente e nas suas necessidades, assegurando um apoio completo nas diferentes áreas de intervenção;
- Diligenciar a divulgação da resposta social de Centro de Dia, com o intuito de integrar novos utentes;
- Evidenciar os níveis de sustentabilidade, com o aumento de receitas, criando novos serviços;
- Alçar os graus de qualificação profissional dos recursos humanos e as suas competências técnicas e relacionais, sustida na promoção de ações de formação interna, bem como motivar à participação e frequência de ações de formação externas.

Projetos a decorrer:

- Programas de Estágios Curriculares e Profissionais;
- Gabinete de Medicinas Alternativas.

5. Plano de Actividades/Serviços a Prestar – Centro de Dia / 2026

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos			Calendarização
			Humanos	Materiais	Parceiros	
Assegurar a satisfação das necessidades básicas do quotidiano	- Assegurar a prestação dos serviços adaptados a cada situação e necessidades dos utentes; - Cumprir com o contrato de prestação de serviços.	- Prestação de Cuidados de Higiene Pessoal/imagem e conforto; - Garantir as refeições diárias; - Garantir o tratamento de roupa: - Garantir o transporte para o Centro de Dia e deste para o domicílio.	Equipa de Ajudantes de Ação Direta do Centro de Dia/Família	Materiais diversos; Viatura	----	Todo o ano
Assegurar as necessidades ao nível da saúde	- Assegurar a assistência medicamentosa; - Encaminhamento para o hospital em caso de urgência; - Medição regular dos sinais vitais.	- Preparação da medicação semanal; - Garantir a supervisão da toma da medicação; - Encaminhamento/Articulação com serviços de saúde Despiste de dificuldades de visão	Equipa de colaboradores do Centro de Dia	Guias terapêuticas; Medicamentos; Pasta de cuidados; Oxímetro; Termómetro; Medidor de tensão arterial	Instituto Ótico Cotovia	Todo o ano
Promover a autonomia e independência	- Assegurar a manutenção da autonomia e capacidades residuais	- Atividades de treino de AVD'S e AIVDS; - Atividades de estimulação física/ motora -Estimulação para o diálogo e troca de ideias.	Equipa Técnica do Centro de Dia	Materiais diversos	----	Diariamente
Garantir a qualidade, eficiência e eficácia na prestação dos serviços aos utentes / famílias	- Avaliar a qualidade na prestação dos cuidados; - Avaliar o grau de satisfação dos colaboradores/ utentes / famílias	- Monitorização dos diversos sectores através das fichas de monotorização respetivas; - Averiguar o desempenho dos colaboradores através da avaliação; - Promover ações de sensibilização/formação dos colaboradores para as necessidades do idoso; - Implementação de inquéritos de satisfação aos colaboradores, utentes, auscultação de opiniões e sugestões dos colaboradores, utentes e famílias	Equipa de colaboradores do Centro de Dia/Utentes/ Famílias	Materiais diversos	----	Quatro vezes por ano

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos			Local	Periodicidade
			Materiais	Humanos	Parceiros		
1. Retardar o declínio cognitivo/ Garantir a manutenção das capacidades cognitivas residuais	► Estimular o raciocínio, memória, concentração e a observação.	- **Treino de escrita** – jogos de escrita;	Quadro de giz ou papel e canetas	AAD, Equipa Técnica e Clientes		Sala de Convívio	Mensalmente – Ao longo do ano
		- **Treino de leitura**– Leitura de notícias atuais ou excertos de texto	Jornais, revistas, livros e contos		----		Mensalmente – Ao longo do ano
		- **Jogos de mesa** - cartas, dominó, damas, jogo do galo e puzzles	Jogos de Mesa		----		Mensalmente – Ao longo do ano
		- **Seção de cinema** - Visionamento de filmes, documentários, concertos e posterior discussão sobre os mesmos.	TV e computador		----		Ao longo do ano
		- **Jogos de estimulação cognitiva**	TV e computador ou materiais variados		----		Diariamente – Ao longo do ano
	► Desenvolver e/ou manter a capacidade intelectual e cultural, participativa e organizativa	- **Seção Musical**	Rádio, CD`s, televisão e computador	AAD, Equipa Técnica e Clientes	----	Sala de Convívio e Exterior	Semanalmente – Ao longo de todo o ano
		- **Visitas culturais** – saídas programadas ou visitas virtuais	Carrinha institucional ou Tv e computador	Equipa Técnica, AAD e Clientes	----		Mensalmente – Ao longo de todo o ano

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos			Local	Periodicidade
			Materiais	Humanos	Parceiros		
2. Desenvolver a capacidade de Relacionamento através da aquisição de competências pessoais e sociais	► **Promover a comunicação, a interação, o diálogo e o reviver de experiências e tradições.**	- **Conversas em grupo** sobre experiências, vivências, histórias de vida e contributos que deram à sociedade.	Materiais diversos	Equipa Técnica, AAD e clientes	---	Sala de Convívio	Semanalmente – Ao longo de todo o ano
		- **Escolha de um "Tema"** e debate sobre o mesmo;	-------		---		A definir
	► **Fomentar o relacionamento interpessoal, o espírito de solidariedade e entreajuda**	- **Criação de fatos e acessórios de carnaval**	Materiais diversos		---		Data a definir
		- Convívios com outras instituições	A definir	Equipa Técnica, AAD e clientes	----	A definir	Semestralmente
	► **Estimular a valorização pessoal e elevar a auto-estima**	- Sessões de manicure Massagem Mãos	Vernizes, cera, acetona, algodão, etc.	AAD, clientes Creme Mãos	----	Sala de Convívio	Mensalmente
		- **Fotografia**- realização de sessões fotográficas	Telemóvel	Equipa Técnica, AAD e clientes	---	A definir	Diariamente
	► **Promover o respeito pelas crenças religiosas**	**Atividades Religiosas** - Reza do terço ou outro tipo de atividade de acordo com a crença de cada cliente	Materiais diversos	Equipa Técnica, AAD e clientes	Igreja Castelo Outras entidades	Nas nossas instalações	Semanalmente à Sexta-feira

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos			Local	Periodicidade
			Materiais	Humanos	Parceiros		
3. Retardar a perda da dependência através da manutenção, melhoramento e estímulos das capacidades físicas e psicomotoras	► Promover o bem-estar físico, a saúde, o convívio, a motivação e o contacto com a natureza	Atividades físicas variadas;	Materiais diversos	Equipa Técnica, AAD e clientes	----	Instalações do Raio de Luz	Semanalmente
						Jardim	
						Espaços diversos	
	► Minimizar a lentidão motora, rigidez muscular, estimulando o equilíbrio e a flexibilidade. Criar confiança e domínio do corpo	-Jogos individuais ou em grupo de estímulo motor e jogos tradicionais;	Materiais Diversos	Equipa Técnica, AAD e clientes	----	Sala de Convívio	Semanalmente
		- Bailes Periódicos;					1 x por semana
		- Ginástica para estimular os movimentos;	Cadeiras e rádio ou coluna de som				2 x por semana
	► Desenvolver a precisão manual, motricidade fina e estimular a criatividade e imaginação	- **Expressão Plástica** – Construção de objetos em diversos materiais, realização de pinturas, postais, colagens diversas e outros trabalhos manuais	Material de desgaste	Equipa Técnica, AAD e clientes	----	Salas de Atividades	A definir
		- Exposição de trabalhos realizados pelos clientes	Materiais Diversos				A definir
		- Atelier de cozinha	Materiais Diversos			Refeitório	Mensalmente

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos			Local	Periodicidade
			Materiais	Humanos	Parceiros		
4. Desenvolver o contacto com a comunidade, a ocupação do tempo, promover o convívio, a participação ativa	► Estimular o elo de ligação entre os clientes, a comunidade e diversos grupos etários, reforçando os laços familiares. Encontros c/familiares para a sensibilização do processo de envelhecimento e a patologia de demência e/ou outras. ►Desenvolver e/ou manter a capacidade participativa, organizativa e cultural ► Fomentar o convívio, a motivação, a alegria reforçando o relacionamento interpessoal, o espírito de solidariedade e de entreajuda	Comemoração de dias festivos/temáticos:					
		Dia de Reis	material de desgaste; material diverso; tv; computador; transporte da instituição (quando necessário)	Equipa Técnica, AAD e clientes	A definir	A definir	Janeiro
		Carnaval					Março
		Dia mundial do sono					Abril
		Páscoa					
		Dia mundial da atividade física					Maio
		25 de Abril					
		Dia Internacional dos museus					Julho
		Dia Mundial da Pastelaria					
		Santos Populares					Setembro
		Dia Europeu da Música					Outubro
		Dia dos avós					
		Dia do amigo					Novembro
		Dia Mundial do Coração					Dezembro
		Dia Internacional do Idoso					
		Festa de Aniversário da Instituição					
		Dia Mundial do Animal					
		Baile de Magusto					
		Festa de Natal					

5.1. Avaliação, Monotorização e Revisão das Atividades

A avaliação de um projeto de intervenção/atividades, é uma ferramenta essencial para o técnico dinamizador, pois a avaliação é um processo sistémico e contínuo que, a partir da recolha de dados concretos e sua consequente análise, possibilita ao técnico compreender em que medida: responde às expectativas e necessidades do público-alvo; causa mudança nos utentes; os objetivos definidos foram atingidos; os conteúdos e métodos foram adequados; a intervenção pedagógica foi eficaz.

A avaliação contribui ainda para rediagnosticar novas necessidades de intervenção, ponderar o caminho percorrido pelos utentes, redefinir novos itinerários de intervenção, analisar o ponto de chegada ao ponto de partida, fortalecer as motivações dos clientes para a mudança, bem como introduzir reajustamentos aos desvios ou lacunas detetados.

Através da avaliação alcança-se o saber em relação, à mudança desenvolvida, naquele tempo e naquele espaço: os avanços, os recuos e os desvios. (Ferreira, 2007)

"Avaliar é comparar o que foi proposto fazer com o que, efetivamente, se fez." (Ferreira, 2007, p.232)

Espinoza (1986 citado por Serrano, 2008) "Avaliar é comparar num determinado instante o que foi alcançado mediante uma ação e o que deveria ter alcançado de acordo com uma prévia programação" (p.83)

O Plano de Atividades é monitorizado mensalmente, através dos registos efetuados pelos colaboradores.

O plano de atividades é avaliado e revisto anualmente e/ou sempre que necessário, através do envolvimento de todos os intervenientes (colaboradores diretos e indiretos, utentes, outros), com vista a melhorar a qualidade dos serviços e adequá-los às necessidades e expetativas dos utentes.

O objetivo da avaliação é medir a eficiência e a eficácia do plano e o impacto que este está a ter no utente e pessoa próxima (familiar ou outro). A avaliação deverá permitir medir:

- O impacto dos serviços no melhoramento da autonomia e qualidade de vida do utente;
- Se os objetivos definidos delineados nas atividades foram alcançados;
- A eficácia das atividades, tendo em conta as necessidades e expetativas dos utentes, colmatadas com a implementação das mesmas;
- A satisfação do utente e família no desempenho e produtos oferecidos;
- A adequação dos recursos utilizados e o custo envolvido na realização do plano.

É necessário definir os indicadores de monitorização e avaliação, assim como os instrumentos metodológicos específicos, tais como:

- Entrevistas/questionários de satisfação dos utentes e/ou pessoas próximas;
- Pareceres técnicos em domínios específicos; Registos.

Deverá ser realizado um dossiê de registos dos resultados de monitorização e avaliação do plano de atividades.

Para a revisão do Plano devem ser considerados os seguintes elementos:

- Resultados da monitorização mensal;
- Resultados das avaliações diagnósticas;
- Avaliação dos Planos Individuais do utente;
- Informação proveniente da avaliação da satisfação dos utentes e/ou pessoas próximas e colaboradores.

20 0utubro 2025