



Centro Social da Freguesia de Cepos
Instituição Particular de Solidariedade Social

[Handwritten signature]

RELATÓRIO DE ACTIVIDADES

2013

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 - Participação 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

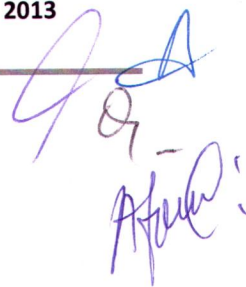
- 3.1 - Passeios turísticos
- 3.2 - Convívios
- 3.3 - Actividades dinamizadoras e de esclarecimento
- 3.4 - Participação em programa de ginástica
- 3.5 - Transporte de utentes
- 3.6 - Apoio Social aos utentes
- 3.7 - Apoio directo aos utentes

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

- 4.1 - Conversas à lareira
- 4.2 - Visualização de programas televisivos
- 4.3 - Passeios pedestres
- 4.3 - Viagens à praia
- 4.4 - Tardes recreativas
- 4.5 - Programas ocupacionais
- 4.6 - Acções de educação e formação

5- Actividades desenvolvidas no âmbito da acção social

- 5.1 - Núcleo Local de Inserção Social (NLI)
- 5.2 - Contrato Local de Desenvolvimento Social (CLDS) - " Uma via para o desenvolvimento sustentado"
- 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 no trabalho
- 6.3 - Sistema de controlo HACCP no sector de alimentação
- 6.4 - Cuidados primários de saúde
- 6.5 - Intercâmbio com os utentes de Casal Novo
- 6.6 - Ementas servidas

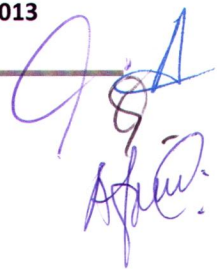
7- Melhoria da qualidade de vida**8- Melhoria dos recursos financeiros**

- 8.1 - Angariação de novos associados
- 8.2 - Doação de verbas do IRS por parte dos associados
- 8.3 - Sorteios, quermesses e venda de artesanato

9- Benfeitorias nas instalações e aquisição de equipamentos

- 9.1 – Remodelação das instalações
- 9.2 – Aquisição de equipamentos para distribuição das refeições aos utentes da valência Apoio Domiciliário
- 9.3 – Construção do Parque Infantil
- 9.4 – Candidatura ao Programa de Desenvolvimento Rural do Continente (PRODER)

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 primeiro 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 2013, dando assim cumprimento ao previsto na alínea b) do art.º 35º dos Estatutos da Instituição.

A elaboração do presente Relatório foi realizada com base na informação e no conhecimento prático obtido, durante o qual se deu continuidade a algumas das actividades e acções que se revelaram de interesse para os utentes, sócios desta Instituição e comunidade em geral. Concretizámos também novas iniciativas e implementámos medidas que, em nosso entender, contribuíram para a melhoria da qualidade e quantidade dos serviços a prestar.

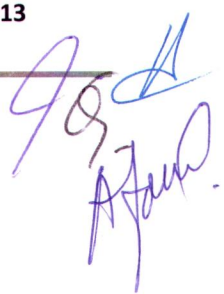
Para além das actividades descritas neste Relatório, outras foram levadas a efeito pela Direcção, tendo em vista optimizar e modernizar os actos de gestão realizados. Na implementação destas acções foram sempre tidos em conta o carácter e objectivos marcadamente sociais por que se rege a Instituição.

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

Devemos salientar, por ser da mais elementar justiça, que as actividades descritas neste Relatório 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 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 e demais utilizadores dos serviços por nós prestados, permitirá tornar esta Instituição 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 todos nos devemos 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 o seguinte:

- 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 a freguesia de Cepos 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;

A. A. Afonso

1.5 – Comparticipação nos custos

Os serviços prestados pela Instituição são gratuitos ou remunerados 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, superiormente aprovados pelas entidades oficiais que supervisionam a actividade em que nos inserimos.

2- Caracterização da população utilizadora

2.1 – Centro Social

O Centro Social da Freguesia de Cepos, apoiou nas respostas sociais de centro de dia e serviço de apoio domiciliário, em média durante o ano de 2013, uma população de 37,8 utentes.

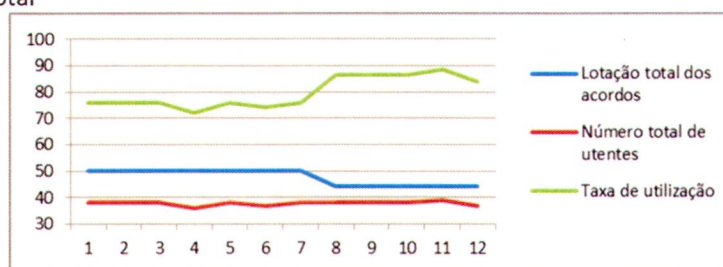
A Análise do quadro e do gráfico 1, permite observar que o Centro Social tem mantido um decréscimo do número de utentes e que a lotação total dos acordos de cooperação celebrados com a segurança social, no total de 44, nomeadamente 29 para a resposta social de centro de dia e 15 para a resposta social de serviço de apoio domiciliário, não estão preenchidos.

A taxa de utilização aumentou ao longo do ano de 2013, terminando Dezembro com 84,1% e uma média anual de 79,8%. Este aumento da taxa de utilização foi aparente, dado que resultou da diminuição das vagas contratualizadas com a Segurança Social para a valência de Centro de Dia de 35 para 29.

Quadro 1 – Lotação total

Utentes	2012	2013												
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média
Lotação total dos acordos	50,0	50	50	50	50	50	50	50	44	44	44	44	44	47,5
Número total de utentes	39,7	38	38	38	36	38	37	38	38	38	38	39	37	37,8
Taxa de utilização	79,3	76,0	76,0	76,0	72,0	76,0	74,0	76,0	86,4	86,4	86,4	88,6	84,1	79,8

Gráfico 1 – Lotação total



Em 2013 a população de utentes do Centro Social teve utentes com idades compreendidas entre os 47 e os 94 anos. A distribuição dos utentes por faixas etárias mostra uma predominância na faixa etária dos 71 a 80 anos, com uma média de 19,2 utentes, seguida da dos 81 a 90 anos, representando uma média de 8,3 e dos 66 aos 70 anos com uma média de 5 utentes.

De destacar que na faixa etária com idade inferior ou igual a 65 anos, no ano de 2013, possuímos em média 3 utentes e na faixa etária com idade superior a 90 anos, tivemos 2 utentes.

Os dados demonstram que o CSFC possui uma população envelhecida, dotada de múltiplas necessidades, inerentes à idade, e consequente perda de autonomia, problemas de saúde, que urge uma intervenção imediata e um acompanhamento permanente.

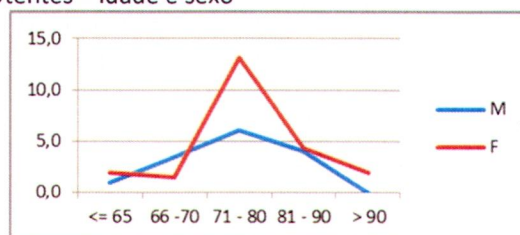
3

Quadro 2 - Caracterização dos Utentes - Idade

		2012			2013																																						
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						
<= 65		2	2	4	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	5	1	2	3	1,0	2,0	3,0		
66 -70		3	3	6	4	2	6	4	2	6	4	2	6	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3,5	1,5	5,0			
71 - 80		7	14	21	6	14	20	6	13	19	6	13	19	6	13	19	6	13	19	6	13	19	7	13	20	7	13	20	7	13	20	7	13	20	7	13	20	6,0	13,2	19,2			
81 - 90		4	5	9	3	4	7	4	4	8	4	4	8	4	4	8	5	5	10	4	5	9	4	5	9	4	5	9	4	5	9	4	5	9	4	5	9	4,0	4,3	8,3			
> 90		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	2	2	0	2	2	0	1	1	0,0	2,0	2,0			
totais		16	26	42	14	24	38	15	23	38	15	23	38	14	22	36	15	23	38	14	23	37	15	23	38	15	23	38	15	23	38	15	23	38	16	23	39	15	22	37	14,5	23,0	37,5

Com exceção da classe etária entre os 66 – 70, verificou-se predominância do sexo feminino, em todas as faixas etárias, com destaque para a média anual de 23 utentes do sexo feminino, comparativamente aos do sexo masculino com uma média de 14,5.

Gráfico 2 – Caraterização dos Utentes – Idade e sexo

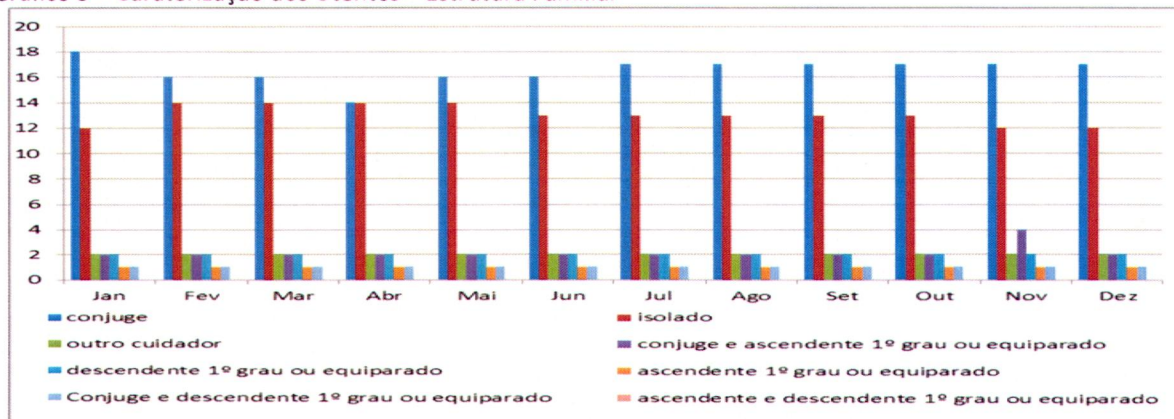


O Centro Social apoiou nas valências centro de dia e serviço de apoio domiciliário, em média durante o ano de 2012, uma população constituída por 37,5 utentes, cuja integração na sociedade envolvente se faz de acordo com:

Quadro 3 - Caraterização dos Utentes – Estrutura Familiar

	2012	2013													
Estrutura familiar do utente	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média	
conjuge	17,7	18	16	16	14	16	16	17	17	17	17	17	17	16,0	
isolado	14,2	12	14	14	14	14	13	13	13	13	13	12	12	13,5	
outro cuidador	3,7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,0	
conjuge e ascendente 1º grau ou equiparado	2,0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2,0	
descendente 1º grau ou equiparado	1,8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,0	
ascendente 1º grau ou equiparado	1,8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0	
conjuge e descendente 1º grau ou equiparado	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0	
ascendente e descendente 1º grau ou equiparado	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	
Total	42,2	38	38	38	36	38	37	38	38	38	38	39	37	37,5	

Gráfico 3 – Caraterização dos Utentes – Estrutura Familiar



A maioria dos utentes possui uma estrutura familiar constituída, por si e pelo cônjuge, com uma média anual de 16. Destaca-se ainda o número elevado de utentes que residem isolados, com uma média anual de 13,5.

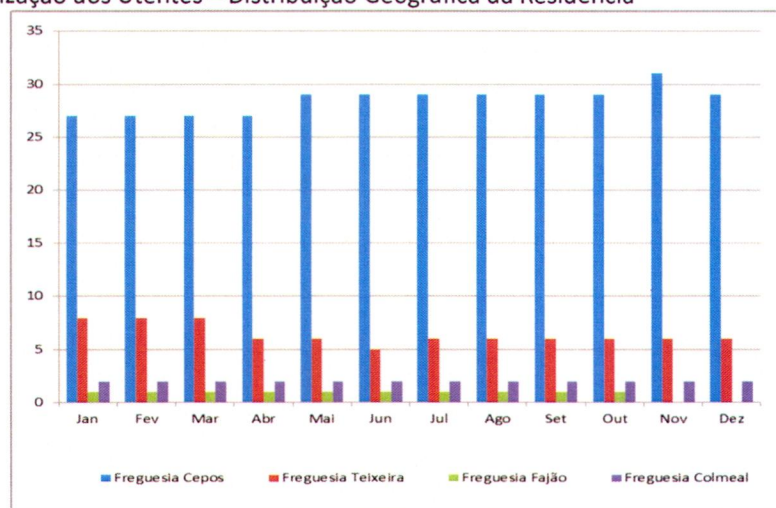
A população servida pelo Centro Social encontra-se geograficamente distribuída pelos lugares de Cepos e Casal Novo, da freguesia de Cepos, Porto Castanheiro, Caratão, Relvas e Ribeiro pertencentes à freguesia da Teixeira, ambas do concelho de Arganil, Cavaleiros de Cima da freguesia de Fajão, concelho da Pampilhosa da Serra e Malhada da freguesia do Colmeal, concelho de Góis.

A freguesia de Cepos, detém o maior número de utentes, seguido da freguesia da Teixeira, posteriormente a freguesia do Colmeal e por fim a freguesia de Fajão.

Quadro 4 - Caracterização dos Utes - Distribuição Geográfica da Residência

Distribuição geográfica residência utentes	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Med
Concelho Arganil	39	39	40	39	40	38	39	37	38	38	37	35	39,2
Freguesia Cepos	34	34	35	34	33	31	31	29	28	28	27	27	33,5
Cepos	29	29	30	30	29	28	28	26	25	25	24	24	27,3
Casal Novo	5	5	5	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3,7
Freguesia Teixeira	5	5	5	5	7	7	8	8	10	10	10	8	5,7
Teixeira	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Porto Castanheiro	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3,3
Relvas	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2,4
Caratão	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	0,7
Ribeiro	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Concelho Pampilhosa da Serra	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Freguesia Fajão	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Cavaleiros Cima	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Cavaleiros Baixo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Concelho de Góis	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,0
Freguesia Colmeal	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,0
Malhada	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,0
Outras	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Total	42	42	43	42	43	41	42	40	41	41	40	38	42,17

Gráfico 4 – Caracterização dos Utes – Distribuição Geográfica da Residência



2.2 – Valência Centro de Dia

O Centro Social prestou apoio nesta valência, em média durante o ano de 2013, a uma população constituída em média por 22,7 utentes, cuja distribuição por faixas etárias foi:

		2012												2013												Médias anuais														
		Janeiro			Fevereiro			Março			Abril			Maio			Junho			Julho			Agosto					Setembro			Outubro			Novembro			Dezembro			
Idade	Utentes Centro de Dia	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		2	1	3	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	2	2	4	1	1	2	1,0
66 - 70		2	3	5	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2,0	1,0	3,0
71 - 80		4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4	8	12	4,0	8,0	12,0
81 - 90		2	3	5	1	3	4	1	3	4	1	3	4	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6	1,3	3,3	4,6			
>90		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	1	1	0,0	1,0	1,0			
totais		10	16	26	8	14	22	8	14	22	8	14	22	8	15	24	9	15	24	9	15	24	9	15	24	9	15	24	9	15	24	10	16	26	9	15	24	8,3	14,3	22,6

Age Group	M (Male)	F (Female)
<= 65	1.0	1.0
66-70	2.0	1.0
71-80	4.0	8.0
81-90	2.0	4.0
> 90	1.0	1.0

A maioria dos utentes é do sexo feminino, sendo que a sua média anual foi de 14,3 utentes e do sexo masculino foi de 8,3.

Os dados dos quadros seguintes demonstram que na resposta social de centro de dia, se verificou em 2013 um ligeiro aumento do número de utentes. A taxa de utilização foi em média 73,2% e o número de utentes foi em média 23,5. Comparativamente com o ano de 2012 o número médio de utentes diminuiu de 24,3 para 23,5. A taxa de utilização no mesmo período aumentou por diminuição da lotação da valência com acordo com a Segurança Social.

Gráfico de linhas mostrando a evolução de três indicadores de desempenho da rede de fibra óptica entre 2011 e 2012. O eixo Y representa a taxa de utilização em percentagem (0 a 100). O eixo X representa os meses (1 a 12). As três linhas são: Lotação acordo (azul), Taxa de utilização (vermelha) e Número de utentes (verde).

Mês	Lotação acordo (%)	Taxa de utilização (%)	Número de utentes
1	35	65	22
2	35	65	22
3	35	65	22
4	35	65	22
5	35	70	25
6	35	70	25
7	35	70	25
8	30	85	25
9	30	85	25
10	30	85	25
11	30	90	28
12	30	85	25

Relativamente aos serviços disponibilizados em centro de dia, destaca-se o fornecimento de alimentação, com uma média de 23,5 utentes, a higiene habitacional, com uma média de 1,9, a higiene pessoal e o tratamento de roupa com 1,0 utente em média.

[illegible]

2013

Quadro 7 - Caracterização dos Utentes – Apoio Domiciliário – Idade

		2012		2013																																			
Utentes Apoio		Média		Janeiro		Fevereiro		Março		Abril		Maio		Junho		Julho		Agosto		Setembro		Outubro		Novembro		Dezembro		Médias anuais											
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									
<= 65	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	1	2	1	3	2	1	3	2	1	3	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1,5	0,5	2,0								
71 - 80	3	6	9	2	6	8	2	5	7	2	5	7	2	5	7	2	5	7	3	5	8	3	5	8	3	5	8	3	5	8	2,0	5,2	7,2						
81 - 90	2	2	4	2	1	3	3	1	4	3	1	4	3	1	4	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2,7	1,0	3,7						
> 90	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	0	0	0	0	0	1,0	1,0						
totais	6	11	17	6	10	16	7	9	16	6	8	14	6	8	14	5	8	13	6	8	14	6	8	14	6	7	13	6	7	13	6,2	8,7	14,8						

Line graph showing the number of people in the population by age group and sex. The x-axis represents age groups: <= 65, 66-70, 71-80, 81-90, and > 90. The y-axis represents the number of people, ranging from 0.0 to 6.0. The blue line represents males (M) and the red line represents females (F).

Age Group	Males (M)	Females (F)
<= 65	0.0	1.0
66-70	1.5	0.5
71-80	2.0	5.0
81-90	2.5	1.0
> 90	0.0	1.0

Predominaram os utentes do sexo feminino nas faixas etárias definidas para análise, exceto na faixa etária dos utentes com idade dos 81 a 90 anos.

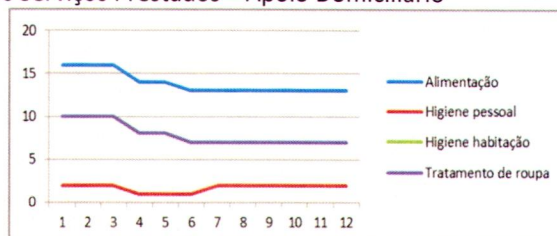
Nesta valência verificou-se uma diminuição do número de utentes, como se pode comprovar através do quadro 8, de 16 para 13 utentes, pelo que a taxa de utilização baixou para 95%.

Apoio Domiciliário	2012	2013												
	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	112,8	106,7	106,7	106,7	93,3	93,3	86,7	93,3	93,3	93,3	93,3	86,7	86,7	95,0
Número de utentes	16,9	16	16	16	14	14	13	14	14	14	14	13	13	14,3
Utentes transitados	16,5	16	15	16	14	14	13	13	14	14	14	13	13	14,1
Utentes admitidos	0,4	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0,2
Utentes saídos	0,5	1	0	2	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0,5
Serviços prestados	41,6	38	38	38	31	31	28	29	29	29	29	29	29	31,5
Alimentação	16,0	16	16	16	14	14	13	13	13	13	13	13	13	13,9
Higiene pessoal	3,1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1,8
Higiene habitação	11,3	10	10	10	8	8	7	7	7	7	7	7	7	7,9
Tratamento de roupa	11,3	10	10	10	8	8	7	7	7	7	7	7	7	7,9
Rácio n.º serviços/utente	2,5	2,4	2,4	2,4	2,2	2,2	2,2	2,1	2,1	2,1	2,1	2,2	2,2	2,2

Mês	Lotação acordo (milhares)	Taxa de utilização (%)	Número de utentes (milhares)
1	15	105	15
2	15	105	15
3	15	105	15
4	15	95	15
5	15	90	15
6	15	85	15
7	15	95	15
8	15	95	15
9	15	95	15
10	15	95	15
11	15	85	15
12	15	85	15

No que concerne aos serviços disponibilizados, verificamos uma predominância do fornecimento de alimentação, com uma média de 13,9 utentes, seguido da higiene habitacional e tratamento de roupa, com uma média de 7,9 e por fim o serviço de higiene pessoal, com uma média de 1,8 utentes a beneficiar deste serviço.

Gráfico 10 – Caracterização dos Serviços Prestados – Apoio Domiciliário



2.4 – Situação atual

A Instituição prestava serviços, em 31 de Dezembro, no âmbito das várias valências disponibilizadas à população servida, a 37 (trinta e oito) utentes, sendo 24 (vinte e quatro) em Centro de Dia e 13 (treze) em Apoio Domiciliário.

Do atrás exposto, conclui-se que em ambas as respostas sociais de Centro de Dia e de Apoio Domiciliário, não estão preenchidas as vagas disponíveis e constantes no acordo estabelecido com a Segurança Social.

Relativamente à valência de Serviço de Apoio Domiciliário, o número de utentes situou-se no final do ano de 2012 em 13 (treze), inferior em 2 utentes, face ao acordo estabelecido com a Segurança Social, invertendo-se a tendência anterior em que habitualmente o número de vagas nesta valência era insuficiente face às necessidades.

2.5 – Conclusões e perspectivas futuras

Os corpos sociais que representam a Instituição têm consciência que neste momento, os utentes carecem uma constante preocupação, face ao aumento da sua idade média, às necessidades específicas e às limitações ao nível da autonomia, sendo a questão fulcral na perspetiva do desenvolvimento do Centro Social.

Esta realidade é, em nosso entender um desafio para a Instituição e para as pessoas que atualmente a representam e no futuro virão a representar. Será, em nosso entender, o maior desafio que se irá colocar à Instituição, num futuro mais ou menos próximo.

Recentemente, o Centro Social da Freguesia de Cepos, tem assistido a um decréscimo do número de utentes. Este facto coloca em evidência a preocupação da direção, dos colaboradores e dos membros da comunidade Cepense, 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.

Embora conhecedores deste facto, devido a constrangimentos de serviço interno, levámos apenas a efeito uma viagem.

3.1.1 – Passeios da primavera e de verão

Contrariamente ao habitual, os passeios previstos para as estações da primavera e do verão não se realizaram devido a dificuldades de disponibilidade de data, dada a realização neste período de diversas actividades promovidas pela instituição.

3.1.2 – Passeio de outono

No dia 28 de Setembro realizou-se uma excursão à região da Beira Interior, com passagem pelo Fundão, Belmonte e pela aldeia histórica da Sortelha. Em Belmonte visitámos o castelo, Museu Judaico, Museu dos Descobrimentos, Museu do Azeite, Ecomuseu do Zêzere, Panteão dos Cabrais e igreja de Santiago. Na Sortelha visitámos a aldeia e o castelo. O almoço decorreu num restaurante da cidade de Belmonte. Nesta viagem contámos com a participação de 39 pessoas vindas de Cepos.

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 14º 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 19 de Janeiro e foi presidido pelo Presidente da Câmara Municipal de Arganil, Eng.º Ricardo Pereira Alves. Neste evento estiveram também presentes o presidente da ADIBER, Dr. Miguel Ventura e uma representante do Centro Regional de Segurança Social.

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 81 participantes.

3.2.2 – Almoços comemorativos

No âmbito destes convívios, comemorámos a 8 de Março o Dia Internacional da Mulher, com um almoço no qual participaram 70 pessoas, a 19 de Março o Dia do Pai com um lanche aberto a toda a comunidade e a 3 de Maio o Dia da Mãe com um almoço que contou com 63 participantes.

3.2.3 – Arraial dos santos populares

A realização deste evento pretende dar continuidade a uma tradição já enraizada na nossa Instituição e nas nossas gentes, sendo também uma oportunidade para degustar a boa broa da nossa aldeia, a sardinha assada e o caldo verde, iguarias tão do agrado dos Cepenses e porque não dizê-lo, dos portugueses.

Este convívio, aberto a toda a comunidade, realizou-se no dia 30 de Junho, nos espaços exteriores das nossas instalações. A animação cultural e musical foi prestada pelo Rancho Folclórico Serra do Ceira, da vizinha freguesia do Colmeal.

3.2.4 – Pic-nic de convívio de verão

Este pic-nic de convívio de verão realizou-se no dia 24 de Agosto, no parque de merendas do Parque de Lazer da Chã da Cabeça, tendo contado com a presença dos utentes, sócios familiares e amigos que se encontravam de férias na nossa aldeia. A esta iniciativa aderiram 120 pessoas.

3.2.5 – Magusto

A realização deste evento de forte cariz cultural decorreu no dia 2 de Novembro e, à semelhança do objectivo definido no arraial dos santos populares, pretendeu dar continuidade a uma tradição já enraizada na nossa Instituição e nas nossas gentes, sendo também uma oportunidade para degustar a boa broa da nossa aldeia, a sardinha assada, a água-pé e o caldo verde, iguarias tão do agrado dos cepenses.

3.2.6 – Almoço de Natal

No dia 8 de Dezembro realizámos um almoço de natal, no restaurante “ Quinta da Boubã ” em Pataias (Alcobaça).

Esta iniciativa, envolveu dois autocarros, um com pessoas vindas dos Cepos e outro com pessoas vindas de Lisboa. Nesta iniciativa contámos com 94 participantes.

No decurso da festa, foi distribuída uma lembrança aos participantes, elaborada pelas colaboradoras e utentes do CSFC.

A presente actividade ambicionou proporcionar àqueles que habitam na capital e arredores mais um momento de confraternização e convívio com os habitantes de Cepos.

3.2.7 – Almoço e Festa de Natal dos utentes

No dia 13 de Dezembro decorreu a tradicional festa de Natal, antecedida de almoço. A festa contou com a animação musical da responsabilidade do CSFC e contou com a presença de toda a comunidade cepense.

No decorrer da festa foram entregues lembranças a todos os utentes.

Pretendeu-se com este evento criar um ambiente que permita uma vivência e partilha colectiva mais profunda da quadra natalícia.

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 aos utentes por nós servidos.

3.4 – Participação em programa de ginástica e de hidroginástica

O Centro Social participou no programa de ginástica para a 3ª idade, promovido pela Câmara Municipal de Arganil. Para o efeito proporcionou a deslocação acompanhada dos utentes que frequentaram o programa ao longo do ano. Em média, participaram no programa de ginástica sénior, 7 utentes das valências de Centro de Dia e Apoio Domiciliário. Comparativamente com a participação do ano anterior, verificou-se um aumento de 2 participantes.

O centro Social participou também no programa de hidroginástica sénior, promovido pela Santa Casa da Misericórdia de Arganil, durante os meses de Julho e Agosto, proporcionando a deslocação acompanhada dos utentes. Neste programa participaram 5 utentes.

A Direcção, aproveita esta oportunidade para agradecer a colaboração e disponibilidade do Sr. Martial Cagelôt, membro da actual Direcção, na realização do transporte dos participantes nestes programas.

3.5 – Transporte de utentes

No seguimento do estipulado nos estatutos desta Instituição, o Centro Social sempre 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 disponibilizou-se a prestação de um serviço que, em nosso entender, assume grande importância na qualidade de vida.

Assim, realizámos no ano de 2013, 164 viagens a diversas instituições de saúde, públicas ou privadas do distrito de Coimbra, de que beneficiaram um total de 128 pessoas, das quais 116 são utentes.

Quadro 9 – Caracterização da Atividade – Transporte de Utes

Transportes	2012	2013												Total	Média
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez		
Número de transportes de utentes	10,0	7	7	5	7	7	7	4	5	6	8	7	7	77	6,4
Arganil	4,6	2	2	3	4	4	3	1	2	2	4	2	2	31	2,6
Tábua	0,6	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0,2
Oliveira Hospital	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Coimbra	4,8	5	5	2	3	3	4	3	3	2	4	5	5	44	3,7
Outros transportes (reuniões e outros serviços do CSFC)	7,5	10	2	5	8	13	9	13	21	17	31	22	13	164	13,7
Número de Kms	1108,4	1043	825	380	659	737	936	654	779	962	1132	1039	952	10098	841,5
Utentes transportados	13,6	9	10	8	16	10	10	8	5	8	11	12	9	116	9,7
Sócios transportados	1,3	1	0	4	3	0	2	1	0	0	0	1	0	12	1,0
Número utentes ou sócios/transporte	1,5	1,4	1,4	2,4	2,7	1,4	1,7	2,3	1,0	1,3	1,4	1,9	1,3	20,215	1,7
Número de Kms/transporte	127,6	149,0	117,9	76,0	94,1	105,3	133,7	163,5	155,8	160,3	141,5	148,4	136,0	1581,6	131,8

A análise deste quadro permite-nos concluir que Coimbra é a localidade com mais deslocações, para realização de exames de consultas, com um total de 44 viagens, seguida da localidade de Arganil, com 31 viagens e por fim a localidade de Tábua, com 2 viagens.

Gráfico 11 – Transporte de Utentes

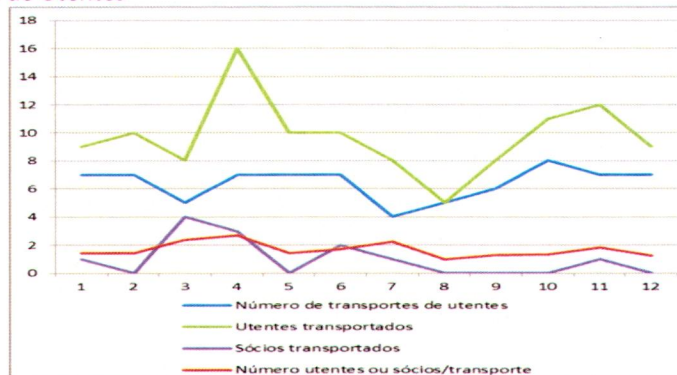
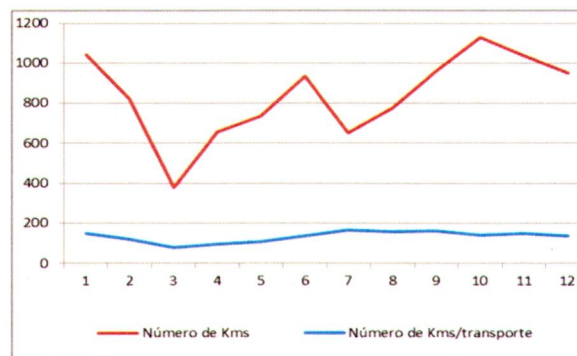


Gráfico 12 – Transporte de Utentes – Distâncias percorridas



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

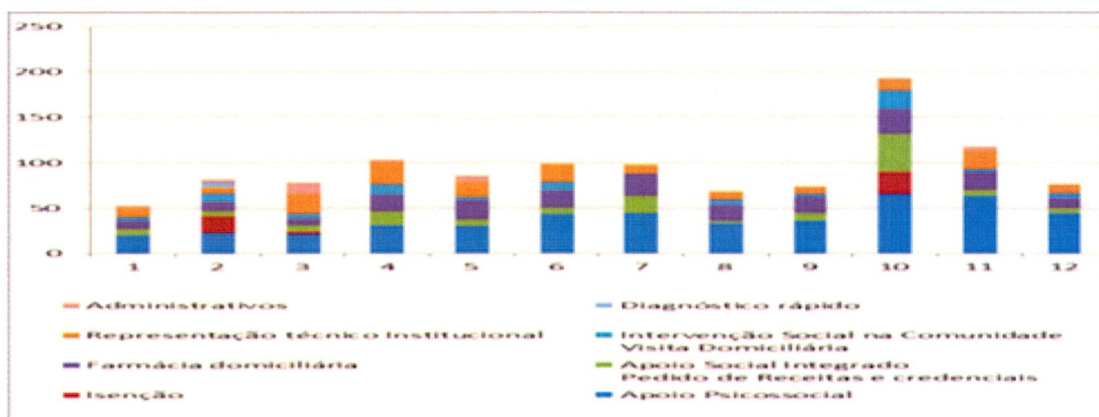
3.6 – Apoio social aos utentes

O Centro Social através da técnica superior de serviço social, resolveu e encaminhou todos os assuntos relacionados com reformas, pensões de grande invalidez e isenções de taxas moderadoras que lhe foram colocados pelos utentes e associados e disponibilizou um apoio psicossocial permanente.

Quadro 10 - Caracterização da Atividade – Outros Serviços Prestados

Outros Serviços	2012	2013												Total	Média
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez		
Número total outros serviços	72,3	53	82	78	104	86	99	98	69	74	194	118	77	1132	94,3
Apoio Psicossocial	30,8	20	23	21	31	30	43	45	33	36	65	63	44	454	37,8
Isenção	9,3	0	19	4	0	0	0	0	0	0	26	0	0	49	4,1
Apoio Social Integrado	9,9	7	5	6	15	7	7	18	3	9	41	7	6	131	10,9
Pedido de Receitas e credenciais	8,5	10	11	8	19	23	20	25	18	18	28	21	12	213	17,8
Farmácia domiciliária	8,4	3	8	4	11	2	8	0	5	2	19	2	4	68	5,7
Intervenção Social na Comunidade	3,2	11	7	23	25	17	21	10	10	9	13	21	10	177	14,8
Representação técnico Institucional	1,0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0,4
Diagnóstico rápido	1,1	2	4	12	3	7	0	0	0	0	2	4	1	35	2,9
Administrativos															

Gráfico 13 – Caracterização da Atividade – Outros Serviços Prestados



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.

Observa-se através dos dados presentes no quadro 10 e no gráfico 13, que o principal serviço concedido aos utentes é o apoio psicossocial, assumindo uma média mensal de 37,8, num total de 454 apoios psicossociais, no ano transato. O serviço mencionado, pretende o atendimento personalizado e integrado dos utentes, de modo a assegurar uma resposta adequada às necessidades vivenciadas pelas pessoas.

A localidade de Cepos, possui uma extensão do Centro de Saúde de Arganil, cujo funcionamento foi suspenso no ano de 2012 foi suspenso por sua decisão, no entanto, no sentido de agilizar uma solução apropriada aos utentes, à necessidade de marcação de consulta, pedido de receitas e credenciais para meios complementares de diagnóstico, o Centro Social, disponibiliza aos utentes um serviço de proximidade e de articulação com as entidades competentes na área da saúde.

Depreende-se que o apoio disponibilizado na área da saúde, assume uma fulcral importância para os utentes, nomeadamente o serviço de pedido de receitas apresenta uma expressiva representatividade, no total de 131, com uma média mensal de 10,9, o pedido de isenção das taxas moderadoras e do regime especial de comparticipação da medicação possui um total de 49, com uma média de 4,1, o serviço de farmácia domiciliária foi assegurado num total de 213 vezes, assumindo uma média de 17,8.

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 2013, o total de 68 visitas domiciliárias.

No ano transato, efetuamos 177 representações técnico-institucional, ao seja solucionamos questões dos utentes com outras instituições e executamos 35 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 Cepense que nos solicitam apoio.

3.7 – Apoio directo aos utentes

Durante o ano de 2013 o Centro Social prestou apoio directo a vários utentes. Este apoio foi adequado às necessidades dos requerentes que o solicitaram.

Os apoios prestados dividiram-se em apoios materiais, humanos e de serviços. Nos apoios materiais destacam-se a disponibilização de 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 o seguinte:

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 de génese farmacêutica. 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 213 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 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 Horas e 30 minutos 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 – Rastreio de osteoporose

Em parceria com a farmácia Moderna de Arganil, em 4 de Dezembro procedemos à realização de uma acção de rastreio de osteoporose, tendo-se para o efeito deslocado às nossas instalações uma equipa técnica especializada neste tipo de exames. Neste rastreio foram observadas 14 pessoas, entre utentes e restante população.

3.7.4 – 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 os equipamentos necessários para poder disponibilizar esses serviços.

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

4 – Actividades socioculturais, 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

Esta actividade foi concretizada com base na leitura dos jornais, revistas e livros existentes na biblioteca Abel Gonçalves de Almeida, a técnica de Serviço Social promoveu diálogos com os utentes sobre assuntos julgados pertinentes sobre a actualidade ou o passado, mantendo-os informados sobre o que se passa na sua região, no país e no mundo.

4.2 – Visualização de programas televisivos

Realizou-se um acompanhamento e uma selecção diária da programação dos vários canais televisivos disponíveis nas nossas instalações, no intuito de proporcionar aos utentes que ali permanecem durante o dia, os programas que mais lhes agradam.

4.3 - Passeios pedestres

Em 25 de Maio apoiámos a Junta de Freguesia de Cepos na realização da 5ª edição da caminhada “Do Rio Ceira à Serra do Açor” na qual participaram 45 caminheiros, muitos dos quais nossos associados. Salienta-se ainda que entre os participantes se encontravam vários dos nossos utentes.

A prática do exercício físico funciona como um estímulo físico e intelectual que permite romper com o isolamento (particularmente sensível no Inverno) gerador de doenças e perturbações psíquicas.

4.4 – Tardes recreativas

Esta iniciativa, levada a efeito no final de cada mês, resulta da iniciativa do corpo de 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.

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 31 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 coral, constituído por utentes e funcionárias, que cantou vários temas tradicionais alusivos à sua terra.

O Centro Social, beneficia igualmente do projecto “Levar a 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 15 dos idosos.

4.5 – Participação em programas ocupacionais

No âmbito destes programas, promovemos a participação dos nossos utentes no evento levado a efeito no âmbito do Programa “Idosos em Movimento VI”, organizado pelo pelouro de acção social da Câmara Municipal de Arganil, que culminou numa viagem ao arraial minhoto do Santoíinho, em Darque, Viana do Castelo. Nesta viagem participaram várias IPSS's do Concelho de Arganil. Aderiram a esta iniciativa, 11 utentes da nossa Instituição.

4.6 – Acções de educação e formação.

Beneficiámos do projecto “À Luz das Letras”, resultado da parceria estabelecida entre a Santa Casa da Misericórdia de Arganil e o Lions Club de Arganil, que tem como objectivo proporcionar a pessoas analfabetas um conhecimento básico da língua e da escrita.

O Centro Social disponibilizou as suas instalações e os meios materiais necessários, para que nelas fossem ministradas as aulas constantes do programa. Os recursos humanos responsáveis por leccionar as matérias curriculares, são da responsabilidade das instituições anteriormente referidas. Neste projecto participam 5 utentes.

Também participámos no programa de acesso às Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), promovido pela Santa Casa da Misericórdia de Arganil, que tem como objectivo iniciar os formandos no acesso às modernas tecnologias.

Nesse âmbito, técnicos especializados daquela instituição, deslocam-se semanalmente às nossas instalações, ministrando aulas práticas a 5 utentes. Ainda no âmbito deste programa, beneficiámos da doação, com carácter definitivo, de equipamento informático (2 computadores e 2 impressoras) para utilização dos formandos nas aulas práticas ministradas.

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 contratualizar 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 – Contrato Local de Desenvolvimento Social (CLDS) – “ Uma via para o desenvolvimento sustentado”

O Programa teve início em 2011 e tem uma duração de 36 meses, terminando em maio do corrente ano de 2014, preconiza o alcance de uma maior coesão territorial e a reconversão dos territórios mais vulneráveis, mediante processos de mudança efectivos, cuja principal aposta reside na aplicação de metodologias e modelos de trabalho comunitário.

O CLDS, apresenta como objectivo, promover a inclusão social dos cidadãos de forma multisectorial, integrada e desenvolvida em parceria, viabilizando o combate à pobreza persistente e à exclusão num território deprimido.

O Centro Social da Freguesia de Cepos é parceiro do projecto, que tem dez acções definidas, das quais destacamos a acção n.º1 – “Centro Multidisciplinar de atendimento permanente”. A presente acção é caracterizada por deslocações quinzenais às instalações do Centro Social, de uma equipa multidisciplinar, que executa uma intervenção domiciliária e comunitária, com base em serviços e cuidados de carácter integrado, articulado e sustentado, nas seguintes áreas: enfermagem, psicologia, acção social e fisioterapia.

Normalmente participam activamente nesta iniciativa, cerca de 20 utentes.

5.3 – 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.

5.4 – 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 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 no trabalho

Dando cumprimento ao determinado na legislação laboral actualmente em vigor, como entidade patronal que somos, proporcionámos apoio na área da medicina no trabalho aos nossos funcionários, utilizando para o efeito uma entidade credenciada neste sector.

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 velar 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, a 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 sócio 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.

Este ano, em colaboração com o CLDS de Arganil, proporcionámos de novo a vacinação contra a gripe nas instalações do Centro de Dia.

6.6 – Intercâmbio com os utentes de Casal Novo

Ao longo do nosso mandato apercebemo-nos da necessidade de estreitar e aprofundar os laços que nos ligam aos utentes e restantes habitantes de Casal Novo.

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 duas aldeias.

6.7 – Ementas servidas

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

Nesse sentido procedeu-se à melhoria da 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.

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.

Entendemos ter feito passar a mensagem, pois no final do actual mandato, registamos com o maior agrado a inscrição de 14 novos associados. Actualmente a instituição possui 294 associados.

8.2 – Doação de verbas do IRS 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 de segurança social. 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 2012 virmos a beneficiar das doações declaradas pelos nossos associados.

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

Pela primeira vez, 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%, referente ao ano económico de 2011. Esta doação traduziu-se no valor de 404,47 €.

8.3 – Sorteios, quermesses e vendas de artesanato

Os sorteios e a venda de produtos em quermesse representam uma tradição na nossa Instituição, traduzindo-se na obtenção de receitas extraordinárias e baixos custos de operação. Conhecedores desta realidade realizámos alguns sorteios e quermesses de que destacamos os seguintes:

- Sorteio de um cabaz de Natal, guarnecido com produtos oferecidos pela comunidade;
- Sorteios diversos de artigos de artesanato realizado no âmbito das nossas actividades de ocupação de tempos livres;
- Venda de artesanato realizado no âmbito das nossas actividades de ocupação de tempos livres;
- Realização de quermesses com produtos oferecidos pelos nossos utentes, associados e demais membros da comunidade cepense.

Gostaríamos de aqui destacar o papel relevante dos nossos funcionários, pois sem eles estas acções ou não seriam possíveis ou então não teriam o êxito que alcançaram.

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 para o ano de 2013, a direcção em função da estratégia adoptada e da contenção de custos seguida, entendeu adiar a sua execução.

9.2 – Aquisição de equipamentos para distribuição das refeições aos utentes da valência Apoio Domiciliário

Durante o desempenho das nossas funções constatámos a existência de falhas no modo como as refeições são distribuídas aos utentes da valência apoio domiciliário. Estas verificam-se dado os utensílios actualmente usados já não corresponderem em plenitude ao esperado, face às exigências que actualmente se verificam ao nível do controlo das temperaturas a que as refeições devem ser sujeitas durante o espaço de tempo compreendido entre a confecção e a distribuição.

No sentido de prestar um serviço de melhor qualidade e garantir as condições requeridas, procedemos à aquisição de um trem, constituído por 40 Kits modulares, capazes de garantir o intervalo de temperaturas admitidas para este serviço, garantindo ainda a devida higienização mediante a lavagem mecânica e desinfecção térmica.

9.3 – Parque Infantil

Após a aprovação do contrato de comodato para as instalações da antiga escola primária, que estabelece as regras de utilização do referido edifício, verificámos dispor de uma parcela do logradouro onde seria possível instalar um parque infantil. Até aqui a freguesia não dispunha de nenhum equipamento desta natureza, situando-se o mais próximo na sede do concelho, que dista cerca de 16 quilómetros da aldeia de Cepos.

No sentido de edificar o referido equipamento contactámos a câmara municipal para saber da sua disponibilidade para compartilhar parte da sua construção a qual, desde logo, manifestou total concordância ficando de proceder à aquisição dos brinquedos e do piso de segurança. A instituição ficou com a responsabilidade de suportar o custo dos trabalhos de construção civil e da direcção da obra, os quais decorreram durante os anos de 2010 a 2012.

Aproveitando este espaço de tempo, procedemos à construção, em colaboração com a Junta de Freguesia, de uma zona de estadia e lazer anexa ao parque infantil, onde também se procedeu à montagem de 3 aparelhos de ginástica sénior. Esta intervenção permite uma nova via de acesso ao parque e, em simultâneo, o completo aproveitamento do espaço disponível e um melhor enquadramento da envolvente no património edificado.

Cumpridas que foram as várias fases do empreendimento e, assumidos os compromissos pelas entidades parceiras do empreendimento, procedeu-se no dia 17 de Agosto à inauguração destes novos equipamentos urbanos.

Os custos destas intervenções beneficiaram da comparticipação de 8.000,00 € da Câmara Municipal de Arganil, para aquisição dos brinquedos e pavimento de segurança e de 5.074,96 € da Junta de Freguesia de Cepos, para aquisição da vedação periférica do parque e de 2 aparelhos de ginástica sénior. A Comissão de Festas para o biénio 2010/2011 doou ao Centro Social 2.750,00 € a título de comparticipação dos trabalhos de execução da zona de estadia e lazer.

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 instituído, 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 Junta de freguesia de Cepos e das pessoas que a representam, materializado através da cedência graciosa dos seus meios logísticos, bem como o fornecimento, igualmente gracioso, da água 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, Dr. Pedro Paulo.

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 representado uma mais-valia cultural, recreativa, humana e social para a comunidade, levando a que grande parte da população cepense a ela se associe.

Conhecedores desta realidade participámos, a convite conjunto da Junta de Freguesia de Cepos e Câmara Municipal de Arganil, na IX Mostra Gastronómica - Feira das Freguesias, realizada de 7 a 10 de Junho em Arganil, promovida pela Casa da Comarca de Arganil em parceria com a referida câmara.

Também a convite do Clube Xénon, proporcionámos o apoio logístico solicitado, durante a estadia dos seus jovens no campo de férias realizado na nossa aldeia, no período compreendido entre 29 de Junho e 2 de Julho.

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 Triguais. Relativamente ao outro prédio, pertença da herança de Manuel Martins Duarte, continuaram 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 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 minimamente 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, positivo das actividades 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.

Uma palavra sentida de reconhecimento e de agradecimento muito especial a todos aqueles que, voluntariamente tem colaborado 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 levadas 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 da nossa terra.

Discutido, votado e aprovado por unanimidade em reunião da Direcção de 22 de Março de 2014.

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, 22 de Março de 2014

A Direcção

António Carlos Santos Pereira
António Carlos Santos Pereira
António Carlos Santos Pereira