



Centro Social da Freguesia de Cepos
Instituição Particular de Solidariedade Social

Handwritten signature in blue ink.

Handwritten letter 'A' in blue ink.

Handwritten symbol in blue ink.

Handwritten signature in blue ink.

RELATÓRIO DE ACTIVIDADES

2021

ÍNDICE

- 1- Denominação, sede, âmbito de acção e fins**
 - 1.1 - Denominação
 - 1.2 - Objectivos
 - 1.3 - Âmbito de acção
 - 1.4 - Valências e serviços disponibilizados
 - 1.5 - Comparticipação nos custos
- 2- Caracterização da população utilizadora**
 - 2.1 - Centro Social
 - 2.2 - Valência Centro de Dia
 - 2.3 - Valência Apoio Domiciliário
 - 2.4 - Situação actual
 - 2.5 - Conclusões e perspectivas futuras
- 3- Actividades desenvolvidas**
 - 3.1 - Passeios turísticos
 - 3.2 - Convívios
 - 3.3 - Actividades dinamizadoras e de esclarecimento
 - 3.4 - Participação em programa de ginástica
 - 3.5 - Transporte de utentes
 - 3.6 - Apoio Social aos utentes
 - 3.7 - Apoio direto aos utentes
- 4- Actividades socioculturais, de lazer e de ocupação dos tempos livres**
 - 4.1 - Conversas à lareira, visualização de programas televisivos e passeios pedestres
 - 4.2 - Tardes recreativas
- 5- Actividades desenvolvidas no âmbito da acção social**
 - 5.1 - Conselho Local de Acção Social de Arganil (CLAS)
 - 5.2 - Núcleo Local de Inserção Social (NLI)
 - 5.3 - Contrato Local de Desenvolvimento Social - 4G (CLDS Arganil)
 - 5.2 - Relacionamento com Associações periféricas
- 6- Funcionamento interno**
 - 6.1 - Modernização administrativa
 - 6.2 - Medicina, Higiene e Segurança no trabalho
 - 6.3 - Sistema de controlo HACCP no sector de alimentação
 - 6.4 - Cuidados primários de saúde
 - 6.5 - Intercâmbio com os utentes da união de freguesias de Cepos e Teixeira

6.6 - Ementas servidas

7- Melhoria da qualidade de vida

8- Melhoria dos recursos financeiros

8.1 - Angariação de novos associados

8.2 - Doação de verbas do IRS por parte dos associados

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

8.4 - Sorteios, quermesses e venda de artesanato

9- Benfeitorias nas instalações e aquisição de equipamentos

9.1 – Remodelação das instalações

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

10- Diálogo institucional com as associações da Freguesia

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

12- Intercâmbio com outras Instituições (IPSS) do concelho

13- Formação profissional dos funcionários

14- Participação em actividades e eventos realizados na região

15- Novas instalações

16- Nota final

INTRODUÇÃO

No final do terceiro 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 2021, dando assim cumprimento ao previsto na alínea b) do art.º 35º dos Estatutos da Instituição.

Como é do conhecimento geral, desde de meados de março de 2020, que o mundo e o país no seu todo e, como facilmente entendível, de igual modo a comunidade servida pela nossa Instituição, viveu sob o espectro da pandemia SARS-COV2 / COVID 19, com as limitações legais e sanitárias, impostas pela administração central e autoridades de saúde, respectivamente.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

RELATÓRIO DE ACTIVIDADES**1- Denominação, sede, âmbito de acção e fins****1.1 - Denominação**

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

1.2 - Objectivos

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

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

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

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

1.3 – Âmbito de acção

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

1.4 - Valências e serviços disponibilizados

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

- Centro de Dia;
- Serviço de Apoio Domiciliário;

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

- Centro de acolhimento temporário para Idosos;
- Outra 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;

1.5 – Comparticipação nos custos

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

2 - Caracterização da população utilizadora

2.1 – Centro Social

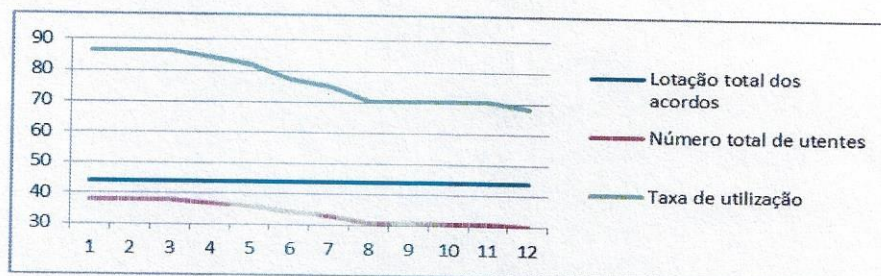
O Centro Social da Freguesia de Cepos, apoiou nas respostas sociais de centro de dia e serviço de apoio domiciliário, em média durante o ano de 2021, uma população de 34 utentes.

A análise do quadro e do gráfico 1, permite observar que o Centro Social, teve um decréscimo do número de utentes ao longo do ano de 2021. A taxa de utilização em Dezembro foi de 68,2% e obtivemos uma média anual da taxa de utilização de 77,3%, comparativamente, com o ano de 2020, em que a média foi de 84,3%.

Quadro 1 – Lotação total

Utentes	2020	2021												
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média
Lotação total dos acordos	44,0	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44,0
Número total de utentes	37,1	38	38	38	37	36	34	33	31	31	31	31	30	34,0
Taxa de utilização	84,3	86,4	86,4	86,4	84,1	81,8	77,3	75,0	70,5	70,5	70,5	70,5	68,2	77,3

Gráfico 1 – Lotação total



Em 2021 a população de utentes do Centro Social registou idades compreendidas entre os 56 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 17,5 utentes, seguida da dos 81 a 90 anos, representando uma média de 12,5.

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

22

22

22

22

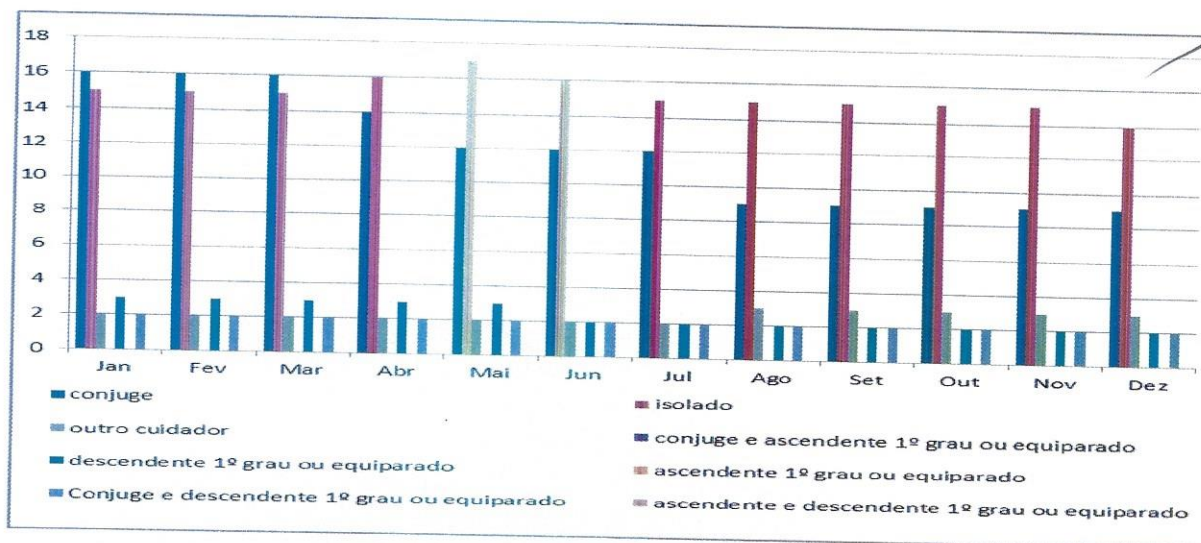


22

22

22

Gráfico 3 – Caracterização dos Utentes – Estrutura Familiar



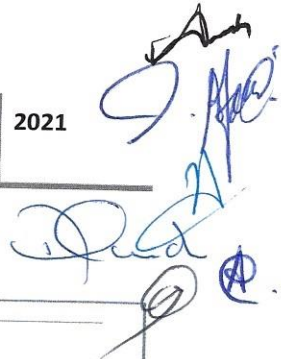
Os dados plasmados, permitem-nos aferir que a maioria dos utentes, residem isolados, assumindo uma média anual de 15,7. Destaca-se igualmente a média de 14,3 utentes, que possuem uma estrutura familiar constituída por si e pelo seu cônjuge.

A população servida pelo Centro Social ao longo do ano de 2021 geograficamente distribuiu-se maioritariamente pelos lugares de Cepos, com 22,6 utentes, seguidos dos lugares de Casal Novo com 5 utentes, Teixeira com 2,4 utentes e os lugares de Cavaleiros de Cima, Malhada, Relvas e Caratão com 1 utente cada. Distribuindo-se desta forma, pela União das freguesias de Cepos e Teixeira do concelho de Arganil, Cadafaz e Colmeal pertencentes ao concelho de Gois e freguesia de Fajão, concelho de Pampilhosa da Serra.

Quadro 4 - Caracterização dos Utentes – Distribuição Geográfica da Residência

	2020	2021												
Distribuição geográfica residência utentes	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média
Concelho Arganil	33,5	36	36	36	35	34	32	31	29	29	29	29	28	34,8
União de Freguesias de Cepos e Teixeira	33,7	36	36	36	35	34	32	31	29	29	29	29	28	34,8
Cepos	25,1	26	26	26	25	24	23	22	20	20	20	20	19	22,6
Casal Novo	3,5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5,0
Teixeira	3,0	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2,4
Porto Castanheiro	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Relvas	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Caratão	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Ribeiro	0,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Concelho Pampilhosa da Serra	2,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Freguesia Fajão	2,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Cavaleiros Cima	1,9	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	0,0
Concelho de Gois	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Freguesia Colmeal	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Malhada	1,0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,0
Outras	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Total	36,5	38	38	38	37	36	34	33	31	31	31	31	30	36,83

2021



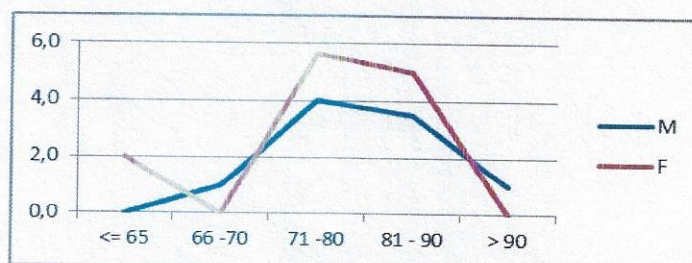
2.2 – Valência Centro de Dia

O Centro Social prestou apoio nesta valência, em média durante o ano de 2021, a uma população de 22,2 utentes, cuja distribuição por faixas etárias foi:

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

	2020			2021																																			
Idade Utentes Centro de Dia	Média			Janeiro		Fevereiro		Março		Abril		Maio		Junho		Julho		Agosto		Setembro		Outubro		Novembro		Dezembro		Médias anuais											
	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total	M	F	total									
<= 65	0,0	1,0	1,0	0	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	0,0	2,0	2,0						
66 - 70	2,0	0,0	2,0	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	0,0	1,0						
71 - 80	3,0	6,0	9,0	4	6	10	4	6	10	4	6	10	4	6	10	4	5	9	4	5	9	3	5	8	2	4	6	2	4	6	4,0	5,0	9,0						
81 - 90	2,7	5,0	7,7	4	5	9	4	5	9	4	5	9	3	5	8	3	5	8	2	5	7	2	5	7	2	4	6	2	4	6	3,5	5,0	8,5						
> 90	1,0	1,0	2,0	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	1,0	2,0						
Totais	8,7	13,0	21,7	10	13	23	10	13	23	10	13	23	9	13	22	9	12	21	9	12	21	7	12	19	6	11	17	6	11	17	9,5	12,7	22,2						

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



Conclui-se que na resposta social de Centro de Dia, a faixa etária com maior representatividade enquadra-se na faixa dos 71 a 80 anos, com uma média de 9,7 utentes.

A maioria dos utentes é do sexo feminino, sendo que a sua média anual foi de 12,7 e do sexo masculino é de 9,5.

Os dados apresentados no seguinte quadro e gráfico, demonstram que na resposta social de centro de dia, houve um decréscimo gradual do número de utentes em frequência ao longo do ano, terminando com 16 utentes.

A taxa de utilização foi em média 67,2 % e o número de utentes foi em média 19,5.

Quadro 6 - Caracterização da Atividade – Centro de Dia

Centro de Dia	2020	2021												
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Média
Lotação acordo	29,0	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29,0
Taxa de utilização	76,1	79,3	79,3	79,3	75,9	72,4	72,4	65,5	58,6	58,6	55,2	55,2	55,2	67,2
Número de utentes	22,1	23	23	23	22	21	21	19	17	17	16	16	16	19,5
Utentes transitados	21,9	23	23	23	23	22	21	21	19	17	17	16	16	20,1
Utentes admitidos	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Utentes saídos	0,2	0	0	0	1	1	0	2	2	0	1	0	0	0,6
Serviços prestados	30,1	33	33	33	32	31	31	27	25	25	22	22	25	28,3
Alimentação	22,1	23	23	23	22	21	21	19	17	17	16	16	16	19,5
Higiene pessoal	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0,1
Higiene habitação	4,0	5	5	5	5	5	5	4	4	4	3	3	4	4,3
Tratamento de roupa	4,0	5	5	5	5	5	5	4	4	4	3	3	4	4,3
Rácio n.º serviços/utente	1,4	1,4	1,4	1,4	1,5	1,5	1,5	1,4	1,5	1,5	1,4	1,4	1,6	1,4

Gráfico 6 – Lotação do Centro de Dia

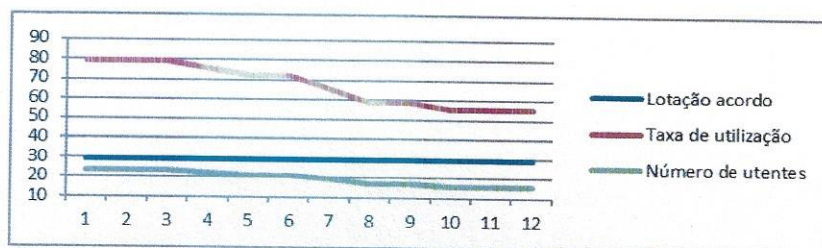
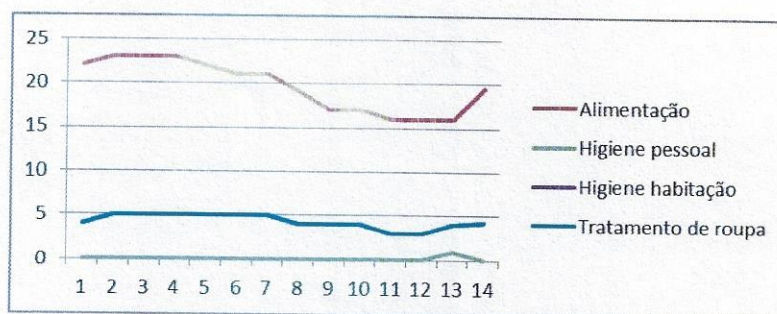


Gráfico 7 – Caracterização dos Serviços Prestados – Centro de Dia



No que concerne aos serviços disponibilizados na resposta social de Centro de Dia, verificamos uma predominância do fornecimento de alimentação, com uma média de 19,5 utentes, seguido da higiene habitacional e tratamento de roupa, com uma média de 4,3.

2.3 – Valência Apoio Domiciliário

O Centro Social prestou apoio nesta valência, em média durante o ano de 2021, a uma população constituída por 14,5 utentes, cuja distribuição por faixas etárias foi:

2021



Age Group	Men (M)	Women (F)
<= 65	0.0	1.0
66-70	1.0	0.0
71-80	4.0	3.8
81-90	2.0	3.0
> 90	0.0	0.5

Predominaram os utentes do sexo feminino com um número médio de 7,7 utentes, contrapondo com 6,8 do sexo masculino.

Quadro 8 – Caracterização da Atividade - Apoio Domiciliário

Apoio Domiciliário	2020	2021													
	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	15,0
Taxa de utilização	100	100	100	100	100	100	100	87	93	93	93	100	100	93	97,9
Número de utentes	15,0	15	15	15	15	15	13	14	14	14	15	15	14	14,5	14,5
Utentes transitados	14,8	15	15	15	15	15	13	13	14	14	14	15	14	14,5	14,5
Utentes admitidos	0,2	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0,2	0,2
Utentes saídos	0,2	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0,2	0,2
Serviços prestados	24,2	23	23	23	24	24	22	23	23	23	27	27	24	23,8	23,8
Alimentação	13,0	13	13	13	13	13	11	12	12	12	13	13	12	12,5	12,5
Higiene pessoal	0,0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1,0	1,0
Higiene habitação	5,6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	5	5,2	5,2
Tratamento de roupa	5,6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	5	5,2	5,2
Rácio n.º serviços/utente	1,6	1,5	1,5	1,5	1,6	1,6	1,7	1,6	1,6	1,6	1,8	1,8	1,7	1,6	1,6

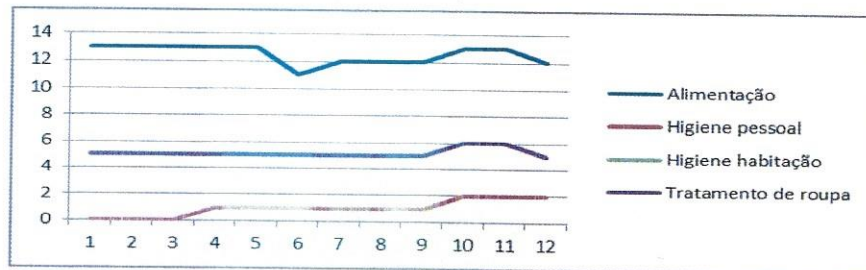
Este gráfico de linhas ilustra a evolução de três indicadores-chave ao longo de um período de 12 meses. O eixo vertical representa o valor de cada indicador, variando de 0 a 120. O eixo horizontal representa o tempo em meses, numerados de 1 a 12.

- Lotação acordo (linha azul):** Mantém-se constante em 15 unidades durante todo o período.
- Taxa de utilização (linha vermelha):** Começa em 100, permanece estável até ao mês 5, depois desce para cerca de 85 no mês 6, sobe para 90 no mês 7, mantém-se em 90 até ao mês 9, sobe para 100 no mês 10, desce para 95 no mês 11 e termina em 90 no mês 12.
- Número de utentes (linha verde):** Começa em 100, permanece estável até ao mês 5, depois desce para cerca de 85 no mês 6, sobe para 90 no mês 7, mantém-se em 90 até ao mês 9, sobe para 100 no mês 10, desce para 95 no mês 11 e termina em 90 no mês 12.

Mês	Lotação acordo	Taxa de utilização	Número de utentes
1	15	100	100
2	15	100	100
3	15	100	100
4	15	100	100
5	15	100	100
6	15	85	85
7	15	90	90
8	15	90	90
9	15	90	90
10	15	100	100
11	15	95	95
12	15	90	90

No que concerne aos serviços disponibilizados na resposta social de Apoio Domiciliário, verificamos uma predominância do fornecimento de alimentação, com uma média de 12,5 utentes, seguido da higiene habitacional e tratamento de roupa, com uma média de 5,2. O serviço de higiene pessoal assumiu uma média anual de 1.

Gráfico 10 – Caracterização dos Serviços Prestados – Apoio Domiciliário



2.4 – Situação actual

A Instituição prestava serviços, em 31 de Dezembro de 2021, no âmbito das várias respostas sociais disponibilizadas à população servida, a 30 (trinta) utentes, sendo 16 (dezassexes) em Centro de Dia e 14 (catorze) em Apoio Domiciliário.

Do exposto, conclui-se que na resposta social de Centro de Dia, não estavam preenchidas a totalidade das vagas disponíveis no acordo estabelecido com a Segurança Social, nomeadamente 29 utentes. Relativamente à resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, o número de utentes situou-se no final do ano de 2021, em 14 (catorze), número este, que difere em um, ao número de vagas contratualizado com a Segurança Social.

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

2.5 – Conclusões e perspectivas futuras

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

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

O Centro Social da Freguesia de Cepos, considerando os dados expostos durante o ano de 2021, tem a percepção e verifica que poderá haver uma tendência para a redução da frequência de utentes, principalmente na resposta social de Centro de Dia, colocando em evidência a preocupação da direcção, dos colaboradores e dos membros da nossa comunidade, que terão de em conjunto, ser capazes com o seu trabalho, os seus serviços e a sua boa vontade de estimular toda uma população alvo a manter, dinamizar e a fazer crescer este projeto.

3 – Actividades desenvolvidas

3.1 – Passeios turísticos

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

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

3.2 – Convívios

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

3.2.1 – Almoço comemorativo do 22º aniversário

Este evento para além de comemorar a efeméride, pretende 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.

Em função da situação pandémica vivida e das restrições impostas e a ela associadas, esta actividade não foi possível de se concretizar.

3.2.2 – Almoços comemorativos

Importa referir que face à pandemia, COVID-19, a nível mundial e especificamente no nosso país, as iniciativas previstas para o Dia da Mulher, Dia do Pai e Dia da Mãe não foram possíveis de se concretizar. Assinalámos, no entanto, a data junto dos nossos utentes, individualmente sem o habitual convívio.

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

Em função da pandemia e das restrições impostas e a ela associadas, não realizamos o arraial dos Santos Populares, o Pic-Nic de Verão e o almoço de convívio e festa de natal dos utentes. No que concerne à celebração do Natal, comemorámos a data com a entrega de um almoço especial aos utentes, assim como procedemos à respectiva distribuição de lembranças.

Relativamente ao magusto, concretizámos a iniciativa, no dia 30 de Outubro, caracterizado por ser um evento de forte cariz cultural, realizado ao ar livre, que tem como objectivo dar continuidade a uma tradição já enraizada na nossa Instituição e nas nossas gentes, sendo também uma oportunidade para degustar a broa, a castanha assada, a água-pé e o caldo verde, iguarias tão do agrado dos Cepenses.

3.3 – Actividades dinamizadoras e de esclarecimento

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

No ano de 2021, devido à pandemia COVID-19, não nos foi possível desenvolver as habituais sessões de informação, todavia destacamos, pela sua importância e adequação à população servida pela nossa instituição, a avaliação nutricional aos utentes promovida pela nutricionista da IPSS, Dra. Carina Ferreira, no dia 26 de Outubro, que teve como objectivo sensibilizar a população para a questão da alimentação saudável e os cuidados a ter com esta, face aos problemas de saúde associados aos utentes, nomeadamente diabetes, hiper tensão arterial e hipercolesterolemia.

3.4 – Participação em programa de ginástica

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

3.5 – Transporte de utentes

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

No ano de 2021, apesar da pandemia COVID-19, à desmarcação de várias consultas de especialidade e exames e à realização de teleconsultas, mantivemos as nossas deslocações e acompanhamentos. Realizámos, cerca de 50 viagens a diversas instituições de saúde, públicas ou privadas do distrito de Coimbra, do qual beneficiaram um total de 65 indivíduos, 64 utentes e 1 sócio.

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

Quadro 9 – Caracterização da Atividade – Transporte de Utes

Transportes	2020	2021												Total	Média
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez		
Número de transportes de utentes	2,3	1	1	5	5	4	18	6	4	6	4	6	4	50	5,3
Arganil	0,4	0	1	2	2	0	1	0	3	0	1	1	2	13	1,1
Tábua	0,3	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	3	0,3
Oliveira Hospital	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0,1
Coimbra	1,5	1	0	3	3	4	2	4	1	6	3	5	1	33	2,8
Outros transportes (reuniões e outros serviços do CSFC)	0,0	12	12	12	12	12	14	12	12	12	13	12	12	111	12,3
Número de Kms	580,0	300	308	909	1250	704	1046	1018	758	1159	825	1149	511	9937	828,1
Utentes transportados	2,3	1	2	6	7	5	7	7	4	7	4	10	4	64	5,3
Sócios transportados	0,0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0,1
Número utentes ou sócios/transporte	0,7	1,0	2,0	1,2	1,4	1,3	0,4	1,2	1,0	1,2	1,0	1,7	1,0	14,3	1,2
Número de Kms/transporte	222,3	300,0	308,0	181,8	250,0	176,0	58,1	169,7	189,5	193,2	206,3	191,5	127,8	2351,7	196,0

A análise deste quadro permite-nos concluir que Coimbra é a localidade com mais deslocações, para realização de exames e de consultas, com um total de 33 viagens, seguida das localidades de Arganil, com 13 viagens.

Gráfico 11 – Transporte de Utes

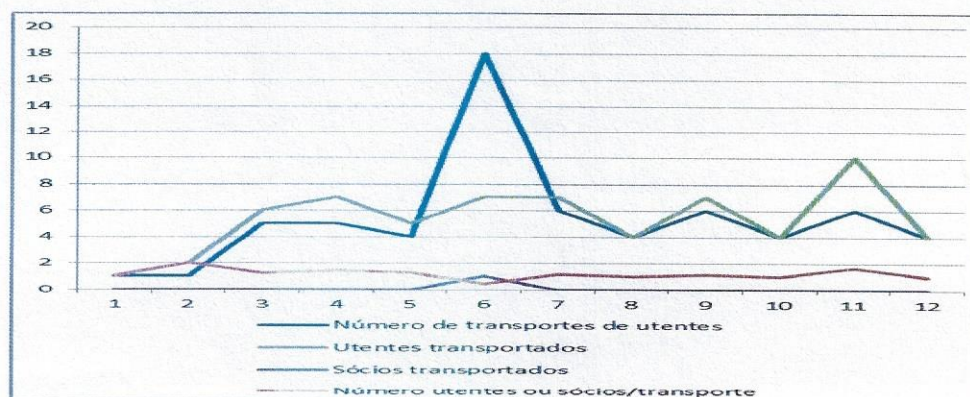
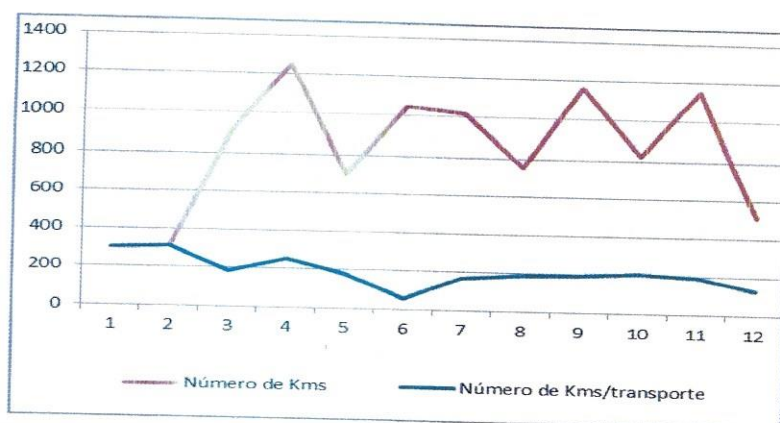


Gráfico 12 – Transporte de Utentes – Distâncias percorridas



Salienta-se igualmente, que a prestação deste serviço, disponibiliza ao utente um acompanhamento personalizado e constante, realizado por uma ajudante de acção directa ou pela técnica de serviço social, que assume uma importância fulcral no bem-estar dos utentes.

3.6 – Apoio social aos utentes

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

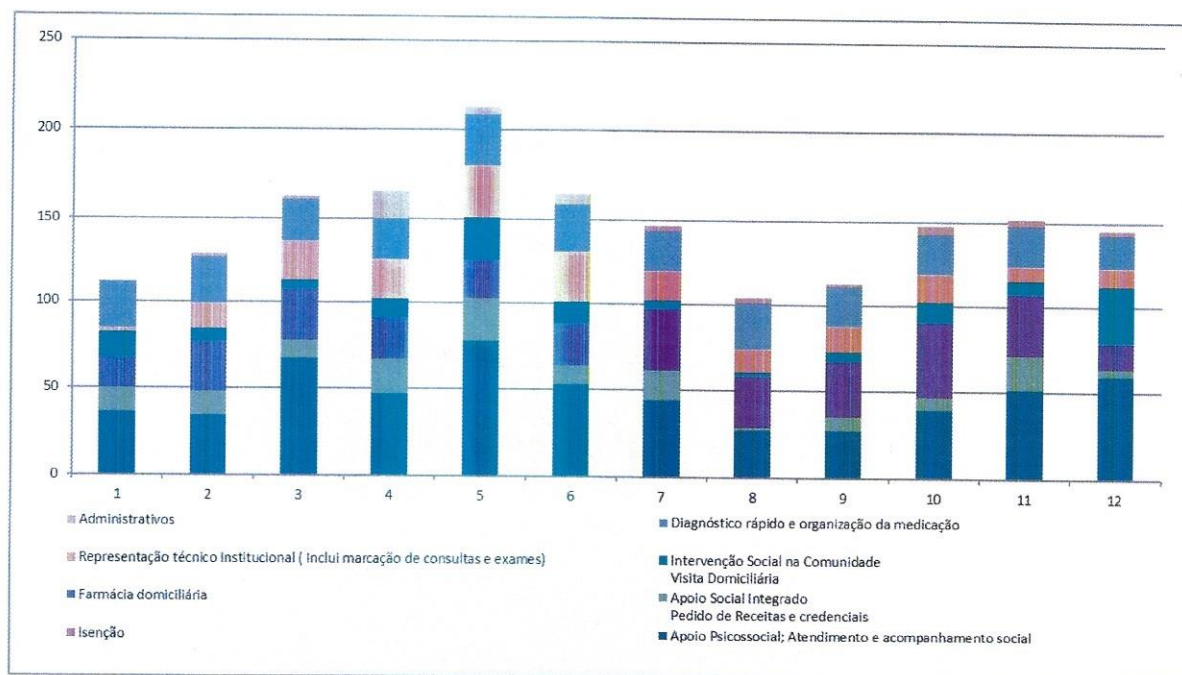
Quadro 10 - Caracterização da Atividade – Outros Serviços Prestados

Outros Serviços	2020	2021												Total	Média
	Média	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez		
Número total outros serviços	93,0	112	129	163	166	213	165	147	104	113	148	152	146	1758	146,5
Apoio Psicossocial; Atendimento e acompanhamento social	24,6	36	34	67	47	77	53	44	27	27	39	51	59	561	46,8
Isenção	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0
Apoio Social Integrado	14,4	14	14	10	20	26	10	17	2	8	8	20	4	153	12,8
Pedido de Receitas e credenciais	23,9	17	28	31	24	23	25	36	29	32	43	36	15	339	28,3
Farmácia domiciliária	5,0	15	8	5	11	25	13	5	2	5	12	8	34	143	11,9
Intervenção Social na Comunidade															
Visita Domiciliária															
Representação técnico Institucional (Inclui marcação de consultas e exames)	6,1	2	15	24	24	30	30	18	13	15	17	9	11	208	17,3
Diagnóstico rápido e organização da medicação	27,7	28	28	24	24	28	28	24	28	24	24	24	20	304	25,3
Administrativos	4,9	0	2	2	16	4	6	3	3	2	5	4	3	50	4,2

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 46,8, num total de 561 apoios psicossociais, atendimentos e acompanhamentos sociais, no ano transacto. O serviço mencionado, pretende o atendimento personalizado e integrado dos utentes, de modo a assegurar uma resposta adequada às necessidades vivenciadas pelas pessoas.

Gráfico 13 – Caracterização da Atividade – Outros Serviços Prestados



O Centro Social, desempenha um papel crescente e essencial na identificação de necessidades de cuidados de saúde, sua sistematização e comunicação aos profissionais do Centro de Saúde assistentes da população, assim como ao Hospital da Universidade de Coimbra e entidades onde se concretizam exames complementares de diagnóstico.

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

Depreende-se que o apoio disponibilizado na área da saúde, assume uma fulcral importância para os utentes, nomeadamente o serviço de farmácia domiciliária foi assegurado num total de 339 vezes, com uma média de 28,3, apresentando uma expressiva representatividade, assegurámos a organização da medicação semanal aos utentes, 304 vezes e o serviço de pedido de receitas foi prestado no total de 153 vezes, com uma média de 12,8.

No ano transato, devido à conjuntura vivenciada efectuámos 208 representações técnico-institucional, ao seja solucionamos questões dos utentes com outras instituições, marcamos exames complementares de diagnóstico e consultas e executamos 50 serviços administrativos.

De ressaltar que a Instituição, no âmbito da pandemia COVID-19, assumiu um papel preponderante na vacinação dos utentes, não só ao nível da marcação, mas também na agilização de transporte e acompanhamento de utentes.

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 2021, o total de 143 visitas domiciliárias.

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

3.7 – Apoio directo aos utentes

Durante o ano de 2021 o Centro Social prestou apoio directo a vários utentes. Este apoio foi adequado às necessidades dos requerentes.

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

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

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

3.7.1 – Farmácia domiciliária

No desempenho das nossas funções constatámos a falta de um serviço que possibilitasse aos utentes, sócios e demais cidadãos da freguesia, sem terem de se deslocar à sede do concelho, a aquisição de medicamentos e outros produtos farmacêuticos. Tendo em vista colmatar esta falta, mantivemos e melhorámos este serviço que lhes permite dispor em sua casa dos produtos farmacêuticos requisitados. No período visado pelo presente relatório, realizámos a satisfação de 339 pedidos de medicamentos.

3.7.2 – Testes rápidos para a análise da glicemia e colesterol e medição da tensão arterial.

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

Destaca-se igualmente, a existência de um aparelho de medição da tensão arterial, que permite a efectivação deste serviço.

Este serviço encontra-se disponível para utentes, sócios e demais população da freguesia, que o pretendam.

A prestação deste serviço, realiza-se sempre que necessário, não só na sede da Instituição, como no domicílio dos utentes. 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.

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

3.7.3 – Reprodução de documentos, Fax e serviço de Internet

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

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

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

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

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

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

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

4.2 – Tardes recreativas

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

Esta celebração contém duas partes distintas iniciando-se na sala de convívio onde se partilham experiências e realizam actividades lúdicas, e termina na sala de refeições onde é servido um lanche a todos os presentes, culminando a comemoração dos aniversários com os cânticos tradicionais da data festiva. No ano de 2021, em função da pandemia e das restrições impostas e a ela associadas, esta actividade foi suspensa.

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. No ano de 2021, retomamos a actividade na época natalícia.

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.

O Centro Social, beneficia igualmente do projecto “Biblioteca itinerante, Ler +Biblioteca aos Idosos”, promovido mensalmente pela Biblioteca Municipal Miguel Torga. O presente projecto, assenta no princípio do desenvolvimento de actividades da instituição, respectivamente leitura de contos e realização de debates sobre temas da actualidade. No âmbito da pandemia COVID-19, interrompemos o projeto “Leitura das Memórias” em regime presencial, todavia o Sr. Jorge Pereira, responsável pelo mesmo, elaborou alguns vídeos a apresentar aos nossos utentes.

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 Concelho 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 – Conselho Local de Ação Social de Arganil (CLAS)

O Conselho Local de Ação Social (CLAS) é um fórum de articulação e congregação de esforços baseado na adesão por parte da autarquia e de entidades públicas e privadas, com vista à erradicação ou atenuação da pobreza e da exclusão e à promoção do desenvolvimento social do Concelho de Arganil.

Consubstanciado num trabalho de parceria alargada, o Conselho Local de Ação Social de Arganil tem vindo crescentemente a afirmar o planeamento estratégico da intervenção social local.

A intervenção, feita através da articulação entre entidades públicas e privadas, baseia-se nos seguintes objetivos: Combater a pobreza e a exclusão social, promovendo a inclusão e coesão sociais; Introduzir dinâmicas de planeamento estratégico e avaliação da intervenção social; Promover o desenvolvimento social integrado através da implementação do planeamento integrado e sistemático, que potencie sinergias, competências e recursos; Contribuir para a concretização, acompanhamento e avaliação dos objetivos do referencial estratégico nacional na operacionalização local da Rede Social; Definir prioridades de intervenção e articulá-las com os recursos locais; Promover uma parceria efetiva e dinâmica que articule e rentabilize as parcerias implantadas no concelho; Garantir uma maior eficácia e uma melhor cobertura e organização do conjunto de respostas e equipamentos ao nível local; Promover a dinamização do sistema de informação com vista à difusão da informação produzida aos agentes locais e população em geral; Promover a formação dos agentes locais envolvidos no processo de desenvolvimento local; Desenvolver formas de intervenção social inovadoras.

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

5.2 – 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.

5.3 – Contrato Local de Desenvolvimento Social – 4G (CLDS Arganil) – Capacitar o presente, consolidar o futuro

O programa CLDS-4G, “Capacitar o presente, consolidar o futuro”, tem como objetivo promover a inclusão social de grupos populacionais que revelem maiores níveis de fragilidade social num determinado território, mobilizando para o efeito a ação integrada de diversos agentes e recursos localmente disponíveis, constituindo-se como um instrumento de combate à exclusão social fortemente marcado por uma intervenção de proximidade realizada em parceria, de forma a: Aumentar os níveis de coesão social dos concelhos objetos de intervenção dinamizando a alteração da sua situação socio territorial; Concentrar a intervenção nos grupos populacionais que em cada território evidenciam fragilidades mais significativas, promovendo a mudança na situação das pessoas tendo em conta os seus fatores de vulnerabilidade; Potenciar a congregação de esforços entre o setor público e o privado na promoção e execução dos projetos através da mobilização de atores locais com diferentes proveniências e fortalecer a ligação entre as intervenções a desenvolver e os diferentes instrumentos de planeamento existentes de dimensão municipal.

As ações a desenvolver pelos CLDS-4G integram os seguintes eixos de intervenção: Eixo 1: Emprego, formação e qualificação; Eixo 2: Intervenção familiar e parental, preventiva da pobreza infantil; Eixo 3: Promoção do envelhecimento ativo e apoio à população idosa; Eixo 4: Auxílio e intervenção emergencial às populações inseridas em territórios afetados por calamidades e/ou capacitação e desenvolvimento comunitários.

O Centro Social da Freguesia de Cepos é parceiro do projecto e no âmbito deste programa, durante o ano de 2021 participámos nas seguintes actividades e eventos promovidos pela entidade gestora do mesmo: “Por um envelhecimento bem-sucedido – aula de pilates”, no dia 1 de Julho, “Aldeias mais protegidas”, no dia 2 de Julho e “Mercado de Natal”, de 9 a 12 de Dezembro

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 continuar a otimizar os recursos materiais, humanos e financeiros da Instituição, tendo em vista melhorar a qualidade e quantidade dos serviços prestados.

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

6.2 – Medicina, Higiene e Segurança no trabalho

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

6.3 – Sistema de controlo HACCP no sector de alimentação

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

Com este sistema identificámos todas as fases das actividades determinantes de modo a diminuir os riscos e garantir a segurança dos alimentos e zelar pela criação, aplicação, actualização e cumprimento de procedimentos de segurança adequados, com base nos princípios do sistema de análise de perigos e controlo dos pontos críticos.

6.4 – Cuidados primários de saúde

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

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

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

De ressaltar que a Instituição, no âmbito da pandemia COVID-19, assumiu um papel preponderante na vacinação dos utentes, não só ao nível da marcação, mas também na agilização de transporte e acompanhamento de utentes. Em parceria com o centro de saúde, foi possível cumprir a vacinação contra a gripe a 24 utentes em Arganil, assim como a vacinação contra o COVID-19 a 30 utentes. Mais se informa, que a instituição procedeu igualmente à simplificação do processo de vacinação aos elementos da comunidade que assim o solicitaram.

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

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

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

6.6 – Ementas servidas

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

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

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

7 – Melhoria da qualidade de vida

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

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

8 – Melhoria dos recursos financeiros

8.1 – Angariação de novos associados

Para que possamos, promover, criar, e implementar os objectivos da Instituição, torna-se necessário envolver toda a comunidade Cepense. Conhecedores da vastidão e potencialidades dessa mesma comunidade e, face à reduzida proporção entre as pessoas naturais ou ligadas a Cepos e o número de associados, procurámos chamar até nós, todos aqueles que embora partilhem connosco os mesmos anseios ainda não o fizeram. Lamentavelmente e devido à pandemia COVID-19, no final do ano, não registámos a inscrição de novos associados. Actualmente a instituição possui 241 associados.

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

Como é do conhecimento geral, em sede de Imposto sobre o Rendimento de Pessoas Singulares (IRS) é possível, à luz da actual legislação em vigor, os contribuintes procederem à indicação expressa na declaração de rendimentos anual, da vontade de doar parte do imposto (0.5%) devido ao Estado a instituições particulares de solidariedade social e/ou 15 % do IVA suportado. Nesse sentido procedemos, de acordo com a legislação em vigor sobre esta matéria à inscrição da Instituição junto da Direcção Geral de Contribuições e Impostos, no sentido de também em 2021 virmos a beneficiar das doações declaradas pelos nossos associados.

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

Em 2021 beneficiámos da entrega por parte da Autoridade Tributária do valor doado pelos associados e amigos da instituição, que livremente manifestaram e declararam doar 0.5 % do seu IRS liquidado e/ou 15 % do IVA suportado, referente ao ano económico de 2020. Esta doação traduziu-se no valor total de 2.012,76 €, sendo 1.945,54 € de IRS e 67,22 € de IVA .

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

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

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

No ano civil de 2021 beneficiámos da devolução de 671,03 €, referente a 50 % do IVA gasto na aquisição de produtos alimentares e bebidas.

8.4 – Sorteios, quermesses e vendas de artesanato

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

9 – Benfeitorias nas instalações e aquisição de equipamentos

9.1 – Remodelação das instalações

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

Assim, face ao anteriormente exposto, propusemo-nos proceder à ampliação da sala de estar/actividades da valência Centro de Dia, aproveitando o espaço devoluto existente na envolvente do volume edificado da antiga escola primária. O aumento da área de construção, para além de melhorar significativamente a capacidade deste espaço, permite também dotar a instituição de um gabinete de trabalho para a técnica de serviço social e proceder à separação das actuais instalações sanitárias, conseguindo espaços autónomos para homens e mulheres, requisitos estes essenciais para o cumprimento das normas actualmente em vigor.

Embora constem do Plano de Actividades aprovado para o ano de 2021, a direcção em função da estratégia adoptada e da contenção de custos seguida, entendeu adiar a sua execução para o ano económico de 2022.

9.2 – Instalação de sistema de produção de energia solar

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

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

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

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

Embora constem do Plano de Actividades para o ano de 2021, a direcção em função da estratégia adoptada e da contenção de custos seguida, entendeu adiar a sua execução para o ano económico de 2022. Este adiamento teve também como objectivo a possibilidade de o financiamento deste projeto poder vir a ser cabimentado através do Programa Fundo Ambiental, na sua rubrica "EFICIÊNCIA ENERGÉTICA EM EDIFÍCIOS DE SERVIÇOS", Integrado no Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), mediante candidatura a apresentar durante o ano económico de 2022.

10 – Diálogo institucional com as associações da Freguesia

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

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

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

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

12 – Intercâmbio com outras Instituições (IPSS) do concelho

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

13 – Formação profissional dos funcionários

A legislação laboral actualmente em vigor, impõe o dever da entidade patronal proporcionar formação profissional aos seus trabalhadores. Neste sentido, disponibilizámos a todos os funcionários formação na área do HACCP nomeadamente nas áreas relacionadas com a higiene e segurança nas áreas de produção, transformação e distribuição de alimentos. Esta formação foi ministrada pelos nossos técnicos responsáveis pelo sector, o Sr. Eng.º Paulo Beludo e o Sr. Eng.º Pedro Silva 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 sempre representado uma mais-valia cultural, recreativa, humana e social para a comunidade, levando a que grande parte da população Cepense a ela se associe.

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

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

15 – Novas instalações

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

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

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

16 – Nota final

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

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

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

Devemos ainda relevar, por ser em nosso entender da mais elementar justiça, a disponibilidade e dedicação manifestada pelas funcionárias da instituição no período crítico do início da pandemia quando, nada nem ninguém sabia o que fazer, como agir, como participar ou mesmo quais os cuidados a ter para não contrair o

vírus, permitiram com esse gesto manter em pleno a actividade permitida nesse período à instituição, fazendo com que nada faltasse aos nossos utentes.

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

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

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

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

Discutido, votado e aprovado por unanimidade em reunião da Direcção de 26 de Março de 2021.

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

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

Cepos, 26 de Março de 2022

A Direcção

António Luís Pereira

Conselheiro da Direcção

Catarina Alexandra C. Domingos