

**PROPOSTA DE**

**PLANO DE ATIVIDADES E**

**ORÇAMENTO PREVISIONAL PARA 2023**

ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS DE EIXO



## ÍNDICE

1 – INTRODUÇÃO.....	3
2 - IDENTIFICAÇÃO DA INSTITUIÇÃO E DAS RESPOSTAS SOCIAIS .....	4
3 - RECURSOS DA INSTITUIÇÃO.....	5
4 - OBJETIVOS DE INTERVENÇÃO.....	6
5 - PLANO DE ATIVIDADES PARA 2023.....	7
5.1 – RESPOSTAS SOCIAIS.....	7
5.1.1 – CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO.....	7
5.1.2 – SERVIÇO DE ATENDIMENTO E ACOMPANHAMENTO SOCIAL .....	10
5.2 – AÇÕES DIRIGIDAS AOS PROFISSIONAIS.....	16
5.2.1 – FORMAÇÃO E AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO .....	16
5.2.2 – OUTRAS ATIVIDADES.....	16
6 – PROTOCOLOS.....	18
7 – PROJETOS.....	18
8 – CONCLUSÃO .....	22
9 – ORÇAMENTO PREVISIONAL 2023.....	23

## 1 – INTRODUÇÃO

A AME apresenta o seu Plano de Atividades que pretende responder de forma ajustada e dinâmica às necessidades emergentes sentidas pela sociedade, sendo a sua ação pautada pelo rigor e isenção.

Este plano espelha a Missão, Visão e Valores da Instituição:

**Missão:** disponibilizar respostas sociais promotoras da qualidade de vida, do respeito e dignidade do Ser Humano.

**Visão:** ser uma IPSS de referência nas respostas às necessidades de cada indivíduo, prestando um serviço de qualidade. Alcançar o reconhecimento como Instituição dinâmica e parceira no desenvolvimento da comunidade.

**Valores:** valorizar um clima de afeto, onde os sentimentos são o melhor instrumento de trabalho a que se associam a Cooperação; Ética; Igualdade; Integridade; Rigor; Responsabilidade; Solidariedade e a Sustentabilidade.

O ano 2023 prevê-se que seja um ano de recuperação da normalidade, com restabelecimento de algumas rotinas e atividades.

Este Plano foi desenhado com base numa reflexão que espelha ainda algumas adaptações e exigências do atual contexto.

No âmbito das respostas sociais dirigidas à população idosa, mantém-se o compromisso de prestar serviços de qualidade potenciadores da autonomia e de um envelhecimento saudável, centrado na individualidade de cada um.

Nesta linha, objetiva-se a promoção de um envelhecimento ativo, com incidência na importância do papel das atividades retardadoras dos efeitos que se verificam devido à progressiva alteração fisiológica, cognitiva e psicossocial que caracterizam o processo de envelhecimento bem como atividades promotoras da satisfação das necessidades mais elementares da pessoa idosa através do apoio nas atividades da vida diária.

Na resposta de Atendimento e Acompanhamento Social, dirigida a toda a população, as ações a desenvolver visam a informação e/ou encaminhamento, a promoção e integração social de indivíduos e famílias em situação de disfunção socioeconómica, nomeadamente através do atendimento, de informação e orientação, e do acompanhamento no âmbito da Ação Social e do Rendimento Social de Inserção.

Este Plano de Atividades prevê ainda ações dirigidas aos colaboradores promotoras do seu bem-estar, motivação e incremento do seu potencial humano e técnico.

## **2 – IDENTIFICAÇÃO DA INSTITUIÇÃO E DAS RESPOSTAS SOCIAIS**

### **Nome da Instituição:**

Associação de Melhoramentos de Eixo (AME)

### **Morada/Sede:**

Rua Avelino Dias Figueiredo, nº 52-54  
3800 – 793 Eixo

### **Presidente:**

Maria Gabriela Morais de Carvalho

### **Direção Técnica**

Raquel Canha dos Santos Pereira Lamarão

### **Identificação das Respostas Sociais:**

Atendimento e Acompanhamento Social (AAS), Centro de Dia (CD) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD).

### **Natureza:**

Atividades de apoio à família, à pessoa idosa e à população em geral.

### **Horário de Funcionamento:**

2.<sup>a</sup> a 6.<sup>a</sup> das 08h00 às 18h00

Fins-de-semana e Feriados das 08h00 às 13h00 (apenas a resposta de SAD)

### **Responsáveis pelas Respostas**

Atendimento e Acompanhamento Social - Anabela da Conceição Ribeiro Coelho

Centro de Dia – Catarina Gonçalves Gilo

Serviço de Apoio Domiciliário - Raquel Canha dos Santos Pereira Lamarão

### **3 – RECURSOS DA INSTITUIÇÃO**

#### **- Recursos Humanos**

- Diretora Técnica (Formação em Serviço Social);
- Técnicas Superiores de Serviço Social;
- Psicóloga;
- Escriutária;
- Cozinheira;
- Ajudantes de Ação Direta;
- Ajudantes de Cozinha;
- Auxiliares de Serviços Gerais e,
- Voluntários.

#### **– Viaturas**

- 3 Viaturas de 9 lugares;
- 1 viatura de 5 lugares;
- 3 viaturas de 2 lugares.

#### **– Imóveis e Equipamento móvel**

- Edifício Sede
- Terreno sito nas Benfeitas;
- Equipamento móvel diverso.

\*(outros não especificados constantes no Inventário da Instituição)

#### **4 - OBJETIVOS DE INTERVENÇÃO**

A AME é uma instituição particular de solidariedade social (IPSS) que, de acordo com o artigo 1º dos seus Estatutos apresenta como principal objetivo promover uma política social dignificante, exprimindo de forma organizada o dever moral de solidariedade e de justiça entre cidadãos.

Nas respostas dirigidas ao idoso, a AME visa a promoção do envelhecimento ativo potenciador da autonomia e bem-estar físico, psicológico e social.

A intervenção é centrada no indivíduo como um todo inserido no seu contexto. É desenhado um Plano Individual assente em objetivos, estratégias, responsabilidades, etapas e ações a desenvolver que correspondam às necessidades biopsicossociais diagnosticadas. Todas as intervenções são concertadas com os vários intervenientes.

Assim, as atividades propostas são planeadas objetivando o retardamento das perdas físicas, sociais e cognitivas associadas ao processo de envelhecimento, bem como a satisfação das necessidades básicas.

Na resposta social de atendimento e acompanhamento social dirigida à população em geral, a sua intervenção pauta-se pelo rigor e respeito pela dignidade humana, e pela inclusão da população em situação de vulnerabilidade. Nesta linha promove a melhoria das condições de vida dos mais desfavorecidos e presta igualmente um serviço de encaminhamento e/ou informação no âmbito da ação social.

## 5 - PLANO DE ATIVIDADES PARA 2023

### 5.1 – Respostas Sociais

#### 5.1.1 - Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Domínios de intervenção	Atividades/Serviços	Objetivos	Calendarização e Local	Participantes/ Recursos Humanos	Indicadores	Metas
<b>Estimulação/ Desenvolvimento Pessoal e Social</b>	<b>Físico-Motora</b> (Gerontomotricidade, Jogos tradicionais, Caminhadas, ...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Combater o sedentarismo;</li> <li>- Melhorar o equilíbrio e a coordenação motora;</li> <li>- Fomentar o relacionamento interpessoal;</li> <li>- Promover a qualidade de vida e a saúde física e mental com a prática regular de exercício físico.</li> </ul>	Bissemanal/AME e outros espaços	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clientes</li> <li>- TSSS</li> <li>- Psicóloga</li> <li>- Ajudantes Familiares</li> <li>- Auxiliares Serviços Gerais</li> <li>- Outros agentes da comunidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes na atividade</li> <li>- Mapa mensal de atividades;</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes face à atividade</li> <li>- Mapas de registos de atividades</li> </ul>	Envolver os clientes Centro de Dia e de SAD para alcançar os objetivos
	<b>Estimulação Sensorial e Cognitiva</b> (Jogos de memória, de perguntas e respostas, provérbios e adivinhas, construções visuoespaciais, associação de imagens, ...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver atividades diversas que que promovam a estimulação das funções cognitivas (memória, atenção, cálculo e raciocínio, linguagem, etc.);</li> <li>- Retardar a deterioração cognitiva;</li> <li>- Fomentar o relacionamento interpessoal.</li> </ul>				
	<b>Lúdico-Recreativas</b> (Trabalhos manuais, jogos de mesa, música, culinária, dança, ...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reforçar a autoestima;</li> <li>- Estimular a motricidade fina;</li> <li>- Fomentar as relações interpessoais;</li> <li>- Valorizar as habilidades e qualidades pessoais;</li> <li>- Promover o bem-estar emocional de cada um e do grupo.</li> </ul>				
	<b>Socioculturais</b> (Visitas a exposições, museus, monumentos, feiras e festas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proporcionar momentos de convívio e lazer na comunidade;</li> </ul>	Semanal/AME e outros espaços			

Domínios de intervenção	Atividades/Serviços	Objetivos	Calendarização e Local	Participantes/ Recursos Humanos	Indicadores	Metas	
	populares, comemoração do aniversário e de datas comemorativas, participação em atividades e serviços da comunidade, práticas religiosas (Terço, Comunhão e Eucaristia); comemoração de datas religiosas, meditação, ...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevenir o isolamento social;</li> <li>- Promover as relações interpessoais e intergeracionais;</li> <li>- Promover a partilha de crenças e ideologias;</li> <li>- Desenvolver competências pessoais, sociais e culturais;</li> <li>- Fomentar a partilha de experiências, saberes e tradições.</li> </ul>					
<b>Saúde/Cuidados Pessoais</b>	<b>Cuidados de imagem</b> (cabeleireiro, manicure, pedicure, ...)  <b>Medição de parâmetros clínicos</b> (peso, glicémia, tensão arterial, ...)  <b>Ações de prevenção de úlceras de pressão e de quedas</b>  <b>Diagnosticar, apoiar e sensibilizar para a aquisição de ajudas técnicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o bem-estar físico e psicológico;</li> <li>- Monitorizar parâmetros clínicos;</li> <li>- Sensibilização para cuidados a manter ao nível da saúde e prevenção de doenças;</li> <li>- Promoção de ações de informação e sensibilização para diminuir o nº de quedas e de úlceras de pressão</li> </ul>	Mensal, AME e Domicílios	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clientes e familiares</li> <li>- TSSS</li> <li>- Psicóloga</li> <li>- Ajudantes Familiares</li> <li>- Auxiliares Serviços Gerais</li> <li>- Técnicos de outras entidades/serviços</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes na atividade</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes face à atividade/serviço</li> <li>- Mapas de registos de serviços</li> </ul>	Envolver os clientes e familiares Centro de Dia e de SAD para alcançar os objetivos.	
	<b>Alimentação</b> (pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assegurar uma alimentação saudável e equilibrada;</li> <li>- Desenvolver ações de informação e sensibilização para uma alimentação adequada.</li> </ul>					
	<b>Higiene Pessoal</b> (banhos, barba, higiene básicas, higiene oral, ...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover ações de sensibilização para os cuidados de higiene pessoal;</li> <li>- Assegurar a higiene pessoal diária.</li> </ul>	Diária, AME e Domicílios				
	<b>Medicação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garantir a toma correta da medicação;</li> <li>- Fomentar a adesão terapêutica.</li> </ul>					



Domínios de intervenção	Atividades/Serviços	Objetivos	Calendarização e Local	Participantes/ Recursos Humanos	Indicadores	Metas
<b>AVD's</b>	<b>Lavandaria</b> <b>Transporte</b> <b>Acesso a serviços da comunidade</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assegurar a satisfação de necessidades básicas no dia-a-dia;</li> <li>- Promover o tratamento de roupas pessoais, de cama, atalhados e outras;</li> <li>-Garantir transporte de clientes de e para a AME, assim como a outros serviços.</li> </ul>	Diária, AME, Domicílios e outros serviços	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clientes</li> <li>- TSSS</li> <li>- Psicóloga</li> <li>- Ajudantes Familiares</li> <li>- Auxiliares Serviços Gerais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes na atividade</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes face à atividade/serviço</li> <li>- Mapas de registos de serviços</li> </ul>	Envolver os clientes Centro de Dia e de SAD para alcançar os objetivos.
<b>Psicossocial</b>	<b>Atendimento personalizado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver apoio Psicossocial;</li> <li>- Assegurar o acompanhamento/acesso aos cuidados de saúde;</li> <li>- Encaminhar e acompanhar para apoio jurídico;</li> <li>- Apoiar no tratamento de documentos em articulação com diferentes serviços;</li> <li>- Promover e acompanhar a gestão económica;</li> <li>- Apoiar a integração noutras respostas sociais;</li> <li>- Articulação com diferentes serviços;</li> </ul>	Diária, AME, Domicílios e outros serviços	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clientes e famílias</li> <li>- TSSS</li> <li>- Psicóloga</li> <li>- Técnicos de outras entidades/serviços</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes na atividade</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes face à atividade/serviço</li> </ul>	Envolver os clientes e familiares de Centro de Dia e de SAD, assim como técnicos e outros agentes da comunidade para alcançar os objetivos.

A calendarização/periodicidade das atividades é meramente indicativa pois pretende-se que estas se adequem às necessidades sentidas por cada utente ou pela equipa técnica como pertinentes ao desenvolvimento de cada um e, no caso da resposta de Centro de Dia, do próprio grupo.

**5.1.2 - Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social**

<b>Âmbito de Intervenção</b>	Protocolo com Câmara Municipal de Aveiro no âmbito do Processo de Transferência de Competências para as Autarquias em matéria de Ação Social e Rendimento Social de Inserção
<b>Áreas de Atuação</b>	Ação Social e Rendimento Social de Inserção
<b>Recursos Humanos</b>	Assistente Social (afeta a 100%); Ajudante de Ação Direta (afeta 100%)
<b>Recursos Materiais</b>	Instalações; Sistemas Informáticos e de Telecomunicações, Mobiliário de Escritório; Materiais Consumíveis de Escritório; Viatura
<b>População Alvo</b>	População da freguesia de Eixo e Eirol
<b>Horário de Funcionamento</b>	Dias úteis das 09h30 às 12h30 e das 13h30 às 17h00  Sempre que necessário, devidamente justificado e previamente agendado, este horário pode ser alargado até às 18h00

<b>Descrição (Objetivo)</b>	<b>Ações a Desenvolver</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Meta</b>	<b>Calendarização</b>
Atendimento de Serviço Social à Comunidade	Informar, orientar e encaminhar os indivíduos e/ou famílias para o acesso aos seus direitos e deveres	Assistente Social	Destaque do serviço como uma resposta de primeira linha na freguesia	Todo o ano
Acompanhamento Técnico de Processos de Ação Social	Acompanhar os processos de Ação Social de acordo com a legislação em vigor		Prevenção e/ou reparação de problemas geradores ou gerados por situações de pobreza e exclusão social	
	Informar, orientar e encaminhar os indivíduos e/ou famílias para o acesso aos seus direitos e deveres			

Descrição (Objetivo)	Ações a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Calendarização
	Intervir no sentido da promoção e melhoria das condições de vida dos indivíduos e famílias em situação de risco e/ou vulnerabilidade social, através de uma ação participativa com vista à sua progressiva autonomia pessoal, social e profissional		<p>Implicação dos próprios (indivíduos e famílias) nas medidas que concorrem para a resolução das situações problema</p> <p>Contributo técnico para o destaque das forças (individuais e familiares) como medida de combate às situações de exclusão social e potenciadora de empoderamento das pessoas e famílias</p>	
	Proceder aos encaminhamentos necessários para os serviços competentes de resposta às situações de fragilidade, nomeadamente: - Segurança Social, - Saúde, - Educação, - Formação, - Emprego, - Justiça, - Habitação, - Creches e Apoio à infância e Juventude, - Apoio à Víctima, - Sem-Abrigo, - ERPI, SAD e CD; - Autarquias; - Instituições de Apoio a migrante; - Serviços (energia e gás; águas, saneamento e resíduos sólidos; telecomunicações); e outros...			
	Realizar Visitas domiciliárias complementares ao acompanhamento social às pessoas e famílias	Assistente Social Ajudante Ação Direta		
	Acompanhar as pessoas e famílias a instituições e serviços necessários à melhor participação dos próprios no acesso a direitos e deveres de cidadania			
Acompanhamento Técnico de Processos de RSI	Acompanhar os processos de RSI de acordo com a legislação em vigor	Assistente Social	<p>Promoção da inclusão social dos indivíduos e famílias, contribuindo em primeira instância para mitigar a situação de grave carência económica, projetando a integração profissional e social</p> <p>Prevenção e/ou reparação de problemas geradores ou gerados por situações de pobreza e exclusão social</p>	
	Informar, orientar e encaminhar os indivíduos e/ou famílias para o acesso aos seus direitos e deveres			
	Intervir no sentido da promoção e melhoria das condições de vida dos indivíduos e famílias em situação de risco e/ou vulnerabilidade social, através de uma ação participativa com vista à sua progressiva autonomia pessoal, social e profissional			
	Proceder aos encaminhamentos necessários para os serviços competentes de resposta às situações de fragilidade, nomeadamente: - Segurança Social, - Saúde, - Educação, -			

Descrição (Objetivo)	Ações a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Calendarização
	Formação, - Emprego, - Justiça, - Habitação, - Creches e Apoio à infância e Juventude, - Apoio à Vítima, - Sem-Abrigo, - ERPI, SAD e CD; - Autarquias; - Instituições de Apoio a migrante; - Serviços (energia e gás; águas, saneamento e resíduos sólidos; telecomunicações); e outros...		Implicação dos próprios nas medidas que concorrem para a resolução das situações problema  Contributo técnico para o destaque das forças (individuais e familiares) como medida de combate às situações de exclusão social e potenciadora de empoderamento das pessoas e famílias	
	Realizar Visitas domiciliárias complementares ao acompanhamento social às pessoas e famílias	Assistente Social		
	Acompanhar as pessoas e famílias a instituições e serviços necessários à melhor participação dos próprios no acesso a direitos e deveres de cidadania	Ajudante Ação Direta		
Participação nas reuniões do Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS)	Participar nas reuniões do SAAS  Apresentação à Coordenação da Ação Social da CMAveiro os Acordos de Intervenção Social, discussão e partilha de casos práticos com vista otimizar a intervenção junto de pessoas/famílias		Melhoria do funcionamento do SAAS	Todo o ano, de acordo com os agendamentos
Participação nas reuniões do Núcleo Local de Intervenção (NLI)	Participar nas reuniões do NLI  Apresentação aos parceiros dos Contratos de Inserção, discussão e partilha de casos práticos com vista otimizar a intervenção junto de pessoas/famílias		Melhoria o serviço de acompanhamento de processos de RSI	Todo o ano, de acordo com os agendamentos
Colaboração com Equipamentos Locais de Educação	Intervir no âmbito da Ação Social e RSI junto das famílias dos alunos sinalizados pelos equipamentos de ensino	Assistente Social	Prevenção/reparação de problemas gerados ou geradores de situações de exclusão social	
Colaboração com a CPCJ	Acompanhar no âmbito da Ação Social e RSI os agregados familiares dos menores sinalizados e em acompanhamentos na CPCJ		Prevenção/reparação de problemas geradores ou gerados por situações de exclusão social	Todo o ano
Colaboração com SAT – Setor de Apoio aos Tribunais – Núcleo Infância Juventude – Unidade de	Acompanhar no âmbito da Ação Social e RSI, os agregados familiares dos menores com processo de Promoção e Proteção em acompanhamento pelo Juízo de Família e Menores e pela SAT –		Prevenção ou reparação de problemas geradores ou gerados por situações de exclusão social	

Descrição (Objetivo)	Ações a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Calendarização
Desenvolvimento Social e Programas do CDA do ISS I.P.	Setor de Apoio aos Tribunais do Núcleo de Infância e Juventude, Unidade de Desenvolvimento Social e Programas do CDA do ISS I.P.			
Execução do Programa Operacional de Apoio a Pessoas mais carenciadas (PO APMC)  (inicialmente com prazo de vigência até dezembro de 2022, beneficiou de prorrogação de prazo até março de 2023)	Executar no sistema ASIP Fazer a caracterização socioeconómica dos agregados familiares e a inscrição para o PO APMC	Ajudante Ação Direta	Colmatar as situações de carência económica que se traduzem, muitas vezes, na privação da alimentação básica  Cumprimento com rigor dos procedimentos exigidos pelo PO APMC nomeadamente as medidas de HACCP	De janeiro a março
	Executar todos os procedimentos do PO APMC geridos na plataforma informática Balcão 2020, nomeadamente: - Registo de Agregados Familiares; Criação de Listas de Famílias; - Receção virtual das mercadorias (Upload de credenciais A); Planos de Distribuição; - Atribuição de bens alimentares a famílias e emissão da respetiva Credencial B; - Confirmação virtual de entrega dos bens às famílias (Upload credenciais B); - fecho do armazém			
	Receção e armazenagem dos alimentos provenientes do PO APMC			
	Entrega dos bens alimentares aos agregados familiares, de acordo com o plano de distribuição, procedendo ao devido preenchimento da credencial de entrega			
	Participação nas reuniões de trabalho do consórcio	Assistente Social	Criar sinergias, estabelecer procedimentos comuns mais eficazes e eficientes	
	Encerramento dos procedimentos no âmbito do programa		Concluir os procedimentos formais do programa	março/abril
Execução do Programa de Distribuição Alimentar do Banco	Inscrição e caracterização socioeconómica dos agregados familiares para o direito a alimentos provenientes do Banco Alimentar Contra a Fome de Aveiro		Colmatar as situações de carência económica que se traduzem, muitas	Todo o ano

Descrição (Objetivo)	Ações a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Calendarização
Alimentar Contra a Fome (BACF) Aveiro	Receção (transporte e armazenagem) dos alimentos provenientes do BACF Aveiro	Ajudante Ação Direta	vezes, na privação da alimentação básica	
	Entrega dos bens alimentares aos agregados familiares, procedendo ao registo de entrega			
Colaboração com o BACF Aveiro	Divulgação de todas as iniciativas do BACF	Assistente Social	Alargamento da cadeia de solidariedade	abril/maio novembro/dezembro
	Angariação de Voluntários para as campanhas de recolha de alimentos		Angariar voluntários para as campanhas	
Ações no âmbito do Projeto "AME a Loja"	Acompanhamento dos voluntários do projeto "AME a Loja"	Assistente Social Ajudante Ação Direta	Promoção da cadeia de solidariedade local	
	Acompanhamento da atividade no âmbito de "AME a Loja", nomeadamente ações de divulgação da loja social junto da comunidade e pela via das redes sociais			
4JudoProject Atividade desportiva pela prática da modalidade de Judo em parceria com:	- Proporcionar o acesso gratuito ou de custo reduzido à prática da modalidade de Judo a crianças entre os 6 e os 16 anos, em acompanhamento no SAAS e RSI	Equipa 4Judo Assistente Social	Promoção hábitos de vida saudáveis bem como combate ao sedentarismo. Concentração, cooperação, disciplina, autoestima, aumento das capacidades psicomotoras, cognitivas e socio afetivas.	Todo o ano
4JudoProject AME Agrupamento de Escolas de Eixo Junta de Freguesia de Eixo e Eirol	- Apoiar as deslocações das crianças até ao local de treino (se necessário, por exemplo entre a escola/domicílio até ao local de treino, mediante comprovada impossibilidade da família)	Equipa 4Judo Assistente Social Ajudante Ação Direta		
Levantamento estatístico dos dados trimestrais	Dados trimestrais relativamente aos processos em atendimento e acompanhamento em SAAS e em RSI tendo por base os indicadores definidos pela CMA	Assistente Social	Levantamento e avaliação do trabalho realizado	Março, junho, setembro, dezembro, outras

Descrição (Objetivo)	Ações a Desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Calendarização
				datas a definir pela CMA
Conclusão da ação anual de 2022	Relatório de atividades do ano 2022		Levantamento e avaliação do trabalho realizado	Até março 2023

## 5.2 – AÇÕES DIRIGIDAS AOS PROFISSIONAIS

### 5.2.1 – FORMAÇÃO E AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO

A formação dos colaboradores das diferentes áreas profissionais e valências, é para a AME um potenciador da melhoria dos seus serviços e um fator de fortalecimento da motivação profissional e do espírito de equipa.

Por outro lado, os requisitos legais também assim o exigem.

O Plano de Formação para 2023 irá incidir sobre as necessidades de formação das diferentes áreas e valências da instituição, auscultadas pelos responsáveis da AME.

A formação será levada a cabo por entidades externas, preferencialmente pelo IEFP, incidindo nas seguintes áreas:

Designação da ação	Entidade formadora	Cronograma
Primeiros Socorros	IEFP - Metaveiro	janeiro
Prevenção contra Incêndios e Simulacro	IEFP - Metaveiro	fevereiro
Higiene e segurança alimentar	A Inovadora	A Definir com entidade formadora
Nextdoor	Aproximar	Janeiro a março
A definir (áreas administrativa, gestão e técnica)	UIPSS Aveiro	A definir
Jogos de estimulação	Agilidades	A definir

### 5.2.2 – OUTRAS ATIVIDADES

Para a AME é fundamental o bem-estar do seu grupo de colaboradoras sendo premissa promover atividades potenciadoras da motivação profissional bem como do trabalho em equipa.

Assim, manter-se-ão:

- Dia livre no aniversário do colaborador;
- Celebração do Dia da Mulher;
- Feira de Março;
- Jantar ou Cabaz de Natal

Para além destas elencam-se no quadro abaixo outras ações/atividades a desenvolver.



ATIVIDADES DIRIGIDAS AOS PROFISSIONAIS															
Objetivos Gerais	Potencializar a eficácia do desempenho dos colaboradores da AME Melhorar as competências técnico-profissionais e comportamentais dos colaboradores da AME											Destinatários: Colaboradores dos diversos serviços da AME			
Objetivos	Tipo de sessão/ Descrição da Atividade	Execução Prevista											Intervenientes	Indicadores de avaliação	
		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N			D
Elevar o nível de eficácia das equipas;  Consolidar a Missão, Visão e valores orientadores da AME	Reunião de equipa, por sector para discussão de processos de trabalho e procedimentos internos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Diretora Técnica  Assistentes	Resultados obtidos na Avaliação dos colaboradores da AME
	Entrevistas individuais junto dos colaboradores pré-implementação do Sistema de Avaliação de Desempenho														
Desenvolver as competências Técnicas e Profissionais	Definição de funções e perfis profissionais dos colaboradores	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Sociais Psicóloga	Resultados obtidos na Avaliação dos colaboradores da AME
	Elaboração e divulgação do manual de acolhimento do colaborador	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	Equipas	Entrega efetiva do manual no ato da contratação
	Reuniões de equipa, por sector para discussão de processos de trabalho e procedimentos internos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		Cumprimento da periodicidade das reuniões
Elevar o nível de formação geral dos colaboradores da AME, incidindo em áreas com caráter mais técnico, mas também em áreas de formação a nível pessoal.	Sessões de formação e informação	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	Formador TSSS Psicóloga Equipas	Concretização efetiva de sessões formação	

## 6 – PROTOCOLOS

À semelhança dos anos anteriores a AME pretende manter os protocolos com as seguintes entidades:

- Agrupamento de Escolas de Eixo;
- Banco Alimentar Contra a Fome;
- Câmara Municipal de Aveiro;
- Escola Profissional de Aveiro;
- Instituto da Segurança Social, I.P.;
- Universidade de Aveiro e,
- 4Judo.

## 7 – PROJETOS

### **Ampliação/regualificação das atuais instalações para adaptação aos normativos legais:**

A AME obteve em dezembro de 2021 a aprovação da candidatura ao Programa Pares 3.0 para o financiamento das obras de requalificação e adequação das suas instalações aos normativos. Assim, será deslocada a lavandaria para um espaço novo a construir e os serviços de armazenamento serão acoplados à cozinha atual. Serão ainda alvo de obras de beneficiação os vestiários das colaboradoras e será criada uma área de lazer para as mesmas.

Todo o Procedimento de contratação Pública foi já ultimado prevendo-se o início das obras para breve.

O Município de Aveiro através do Programa Municipal às Associações já contribuiu com o financiamento da verba de comparticipação que cabe à AME nesta candidatura.

**Agentes envolvidos:** Direção e Diretora Técnica.

**Meta:** Adequação das instalações aos normativos legais vigentes.

**Cronograma:** Primeiro trimestre do ano.

### **Construção de Novo Equipamento – ERPI, SAD, Centro de Dia**

Com a abertura em 2022 das candidaturas ao Programa Pares 3.0, criou-se a possibilidade de obtenção de financiamento público para a construção de novas instalações, no terreno que a AME já possui sito nas Benfeitas. Foi efetuada a adaptação do Projeto já existente aos normativos atuais e solicitados orçamentos para a execução do mesmo. Contudo, o valor da obra revelou-se muito elevado face ao valor elegível no Programa Pares 3.0 comprometendo a sustentabilidade futura da AME.

Em 2023, prevê-se nova abertura de candidaturas e neste sentido a AME aguarda por um programa de financiamento com maior taxa de apoio de forma a poder novamente candidatar-se e concretizar este projeto.

**Agentes envolvidos:** Direção e Diretora Técnica.

**Meta:** Candidatura e execução de novo equipamento social.

**Cronograma:** Durante todo o ano.

### **Execução do Programa POAPMC- Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas**

Aprovada a candidatura do consórcio, entre o Banco Alimentar Contra a Fome de Aveiro e oito instituições das quais a AME faz parte, à tipologia 1.2.1 – Distribuição de Géneros Alimentares e/ou Bens de Primeira Necessidade para o território de Aveiro, a AME assume-se como entidade mediadora e perspetiva, ao abrigo deste programa, a resposta alimentar de periodicidade mensal a 50 pessoas. Face ao atual quadro pandémico, esta medida foi alargada para o dobro tendo agora 100 beneficiários finais.

**Agentes envolvidos:** TSSS, Direção, Ajudante de Ação Direta.

**Metas:** Cumprimento com rigor dos procedimentos exigidos pelo POAPMC.

Responder as situações de carência económica que se traduzem, muitas vezes, na privação da alimentação básica.

**Cronograma:** Prorrogação do prazo de vigência até 31 de março de 2023

### **Execução do Programa de Distribuição Alimentar do Banco Alimentar Contra a Fome (BACF)**

#### **Aveiro**

Pretende-se a colaboração com o BACF Aveiro, a Inscrição e caracterização socioeconómica dos agregados familiares para o direito a alimentos provenientes do Banco Alimentar Contra a Fome de Aveiro (famílias estas integradas no acompanhamento do AAS), a receção (transporte e armazenagem) dos alimentos provenientes do BACF Aveiro e entrega dos bens alimentares aos agregados familiares, procedendo ao registo de entrega.

**Agentes envolvidos:** TSSS e Ajudante de Ação Direta.

**Metas:** Colmatar as situações de carência económica que se traduzem, muitas vezes, na privação da alimentação básica.

**Cronograma:** Durante todo o ano.

### **Colaboração com o BACF Aveiro- Campanhas**

Divulgação de todas as iniciativas do BACF e Angariação de Voluntários para as campanhas de recolha de alimentos

**Agentes envolvidos:** TSSS, Ajudante de Ação Direta, colaboradores e voluntários.

**Metas:** Alargamento da cadeia de solidariedade e Angariação de voluntários para as campanhas.

**Cronograma:** Durante todo o ano com campanhas em abril / maio e novembro / dezembro.

### **Ações no âmbito do Projeto “AME a Loja”**

Acompanhamento dos voluntários do projeto "AME a Loja"

Divulgação do projeto "AME a Loja"

**Agentes envolvidos:** TSSS, Ajudante de Ação Direta, Voluntários e equipa da AME.

**Metas:** Promoção da cadeia de solidariedade local.

**Cronograma:** Durante todo o ano.

### **“4 Judo Project” (Parceria entre Associação de Melhoramentos de Eixo, o Agrupamento de Escolas de Eixo e “4Judo Project”)**

Acesso gratuito, à prática da modalidade, em situações de comprovada carência económica e encaminhadas pelo AAS;

**Agentes envolvidos:** TSSS, Professor Judo e Auxiliar da EBI Eixo.

**Metas:** Promoção hábitos de vida saudáveis, bem como combate ao sedentarismo. Concentração, cooperação, disciplina, autoestima, bem como o aumento das capacidades psicomotoras, cognitivas e socio afetivas.

**Cronograma:** Durante todo o ano.

### **Iniciativas promovidas pela Junta de Freguesia de Eixo e Eiro!**

À semelhança do que aconteceu em anos anteriores, pré-pandemia, a AME pretende marcar presença nos eventos que venham a ser promovidos pela Junta de Freguesia, com o envolvimento das instituições locais, promotores de uma vivência e envolvimento interinstitucional únicos.

**Agentes:** Colaboradores da AME e Direção.

**Metas:** Colaborar com as dinâmicas locais.

**Cronograma:** Data a definir.

### **Rede Aveiro Sénior (RAS)**

À semelhança dos anos anteriores a AME continuará a integrar esta rede.

Estão previstas algumas ações de formação para funcionários e atividades de animação.

**Agentes:** TSSS e Psicóloga.

**Metas:** Partilha recursos e boas praticas entre instituições, potencialização das sinergias e dinamização de atividades conjuntas que promovam o bem-estar da população idosa das respostas sociais de SAD e Centro de Dia.

**Cronograma:** Durante todo o ano.

## **8 – CONCLUSÃO:**

Este Plano de Atividades pretende assumir-se como um exercício de concertação entre as diferentes respostas da instituição, os diferentes parceiros e entidades locais, e os beneficiários da sua intervenção objetivando a promoção do desenvolvimento global da comunidade, e em particular de cada indivíduo e família.

As atividades propostas visam a satisfação das necessidades mais prementes, expectativas de promoção, inclusão e bem-estar, mas também a dignificação do ser humano como indivíduo pleno e único.

Este Plano espelha, igualmente, a ambição de um trabalho com qualidade, com afeto e de proximidade com todos os intervenientes da AME: utentes, colaboradores, famílias, parceiros e comunidade em geral.

Num ano que se prevê ainda repleto de desafios, a AME planifica o seu trabalho com exigência, estabilidade e qualidade, demonstrando a sua capacidade de adaptação, de resiliência e a sua missão de trabalhar para e com os outros, com foco na dignidade humana e nos afetos.

## 9 - ORÇAMENTO PREVISIONAL PARA 2023



## Associação de Melhoramentos de Eixo

### Orçamento previsional 2023

		Valor
<b>61</b>	<b>Custo das mercadorias vendidas e materias consumidas</b>	<b>51 815,69 €</b>
<b>62</b>	<b>Fornecimentos e serviços externos</b>	<b>52 139,19 €</b>
621	Subcontratos	0,00 €
622	Serviços especializados	21 791,93 €
623	Materiais	5 791,58 €
624	Energia e fluidos	21 976,56 €
625	Deslocações, estadas e transportes	17,36 €
626	Serviços diversos	2 561,78 €
62-621/6	Outros	0,00 €
<b>63</b>	<b>Gastos com o pessoal</b>	<b>301 146,94 €</b>
631	Remunerações dos órgãos sociais	0,00 €
632	Remunerações do pessoal	243 856,62 €
635	Encargos s/remunerações	54 380,03 €
636	Seguro de acidentes de trabalho	2 910,29 €
*	Outros	0,00 €
<b>65</b>	<b>Perdas por imparidade</b>	<b>0,00 €</b>
<b>66</b>	<b>Perdas por reduções de justo valor</b>	<b>0,00 €</b>
<b>67</b>	<b>Provisões do período</b>	<b>0,00 €</b>
<b>68</b>	<b>Outros gastos e perdas</b>	<b>13 946,37 €</b>
681	Impostos	1 519,76 €
68-681	Outros	12 426,61 €
<b>64</b>	<b>Gastos de depreciações e de amortizações</b>	<b>26 476,17 €</b>
641	Propriedades de investimento	0,00 €
642	Ativos fixos tangíveis	26 476,17 €
643	Ativos intangíveis	0,00 €
64-641/3	Outros	0,00 €
<b>69</b>	<b>Gastos e perdas de financiamento</b>	<b>8,89 €</b>
691	Juros suportados	0,00 €
69-691	Outros	8,89 €
<b>TOTAL PREVISIONAL DE GASTOS 2023</b>		<b>445 533,23 €</b>



<b>71</b>	<b>Vendas</b>	<b>0,00 €</b>
<b>72</b>	<b>Prestações de serviços</b>	<b>107 045,92 €</b>
721	Quotas dos utentes, mensalidades	105 144,28 €
722	Quotizações e joias	1 901,64 €
72-721/2	Outros	0,00 €
<b>75</b>	<b>Subsídios, doações e legados à exploração</b>	<b>313 369,49 €</b>
751	Subsídios das entidades públicas	245 319,94 €
752	Subsídios de outras entidades	68 049,56 €
753	Doações e heranças	0,00 €
75-71/3	Outros	0,00 €
<b>73</b>	<b>Variações nos inventários da produção</b>	<b>0,00 €</b>
<b>74</b>	<b>Trabalhos para a própria entidade</b>	<b>0,00 €</b>
<b>76</b>	<b>Reversões</b>	<b>0,00 €</b>
761	De depreciações e de amortizações	0,00 €
762	de perdas por imparidade	0,00 €
763	de provisões	0,00 €
76-761/3	Outros	0,00 €
<b>77</b>	<b>Ganhos por aumentos de justo valor</b>	<b>0,00 €</b>
<b>78</b>	<b>Outros rendimentos e ganhos</b>	<b>25 759,03 €</b>
781	Rendimentos suplementares	0,00 €
78-781	Outros	25 759,03 €
<b>79</b>	<b>Gastos e perdas de financiamento</b>	<b>0,00 €</b>
791	Juros suportados	0,00 €
79-791	Outros	0,00 €
<b>TOTAL PREVISIONAL DE RENDIMENTOS 2023</b>		<b>446 174,44 €</b>
<b>RESULTADO LIQUIDO PREVISIONAL 2023</b>		<b>641,21 €</b>

**Pressupostos:**

Ano de referência: 2022

Estimativa de C. Pessoal: SMN - 760€

Depreciações/Imp. Subsídios: Aq. (obras) - 190.000€ (subsidiada na totalidade)

Aq. (viaturas) - 40.000€ (subsidiada em 90%)