

Zur
Q
J
Low J.

Plano de Atividades

Resposta Social: Serviço de Apoio Domicílio



Índice

Introdução.....	3
Enquadramento Institucional	4
Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)	6
Objetivos do Serviço de Apoio Domiciliário	6
Plano de Ação/Intervenção – Cuidados e Serviços.....	7
Descrição dos Serviços Prestados.....	8
Plano de Atividades.....	10
Atividades/ Serviços do Plano de Atividades	11
Plano de Atividades de Animação e Sociabilização.....	13
Metodologia de Avaliação.....	14
Conclusão	15

Handwritten signature and initials:
Zur
FJ
Bous

Introdução

O presente Plano de Atividades insere-se no âmbito da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) da Cáritas Paroquial de Nossa Senhora da Conceição, tendo como finalidade assegurar a prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a pessoas e famílias em situação de dependência, física e ou psíquica e não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito.

Este documento constitui um instrumento de planeamento e gestão, orientador da intervenção a desenvolver ao longo do ano de 2026, promovendo a melhoria contínua dos serviços prestados e a adequação das práticas às necessidades dos utentes.

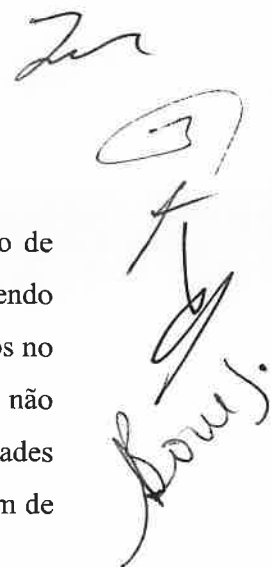
O Serviço de Apoio Domiciliário assume um papel fundamental na promoção da qualidade de vida, possibilitando a permanência dos utentes no seu meio habitual, com segurança, dignidade e bem-estar, através de uma intervenção centrada na pessoa e na promoção da sua autonomia.

A intervenção da instituição desenvolve-se no concelho de Vila Viçosa, num contexto caracterizado pelo envelhecimento da população, pelo isolamento social e pela crescente necessidade de respostas de proximidade. Neste enquadramento, o SAD afirma-se como uma resposta essencial de apoio à comunidade, promovendo a inclusão social e o acompanhamento individualizado.

A definição das atividades assenta na missão, visão e valores da instituição, orientando a sua ação de forma coerente e sustentada.

De acordo com o Guia Prático dos Apoios Sociais para Pessoas Idosas do Instituto da Segurança Social, o Serviço de Apoio Domiciliário consiste na prestação de cuidados e serviços a pessoas em situação de dependência física ou psíquica, no domicílio, que não consigam, temporária ou permanentemente, assegurar as suas necessidades básicas, nem disponham de apoio familiar adequado.

Esta resposta social visa não apenas a satisfação das necessidades básicas, mas também a promoção do bem-estar emocional, da autonomia e da integração social.

Handwritten signature and initials in the top right corner of the page. The signature appears to be 'Zur' and the initials are 'A. Bous'.

Enquadramento Institucional

A Cáritas Paroquial de Nossa Senhora da Conceição de Vila Viçosa é uma pessoa jurídica canónica de natureza pública, sujeita, em Direito Canónico, a direitos e deveres próprios, em conformidade com a sua missão enquanto instituição da Igreja Católica. Foi ereta canonicamente por decreto do Bispo da Diocese em 07 de junho de 1989, encontrando-se sob a sua vigilância e tutela, com Estatutos aprovados pela autoridade eclesiástica competente.

A instituição surgiu com o propósito de apoiar a população mais carenciada, tendo vindo a desenvolver-se progressivamente ao longo dos anos. Tem como missão a promoção do bem-estar e o apoio a pessoas em situação de vulnerabilidade social. A sua visão centra-se na promoção social, visando a prevenção e superação de situações de dependência ou emergência social, bem como o reforço da autonomia pessoal e o desenvolvimento integral, solidário e personalizado dos indivíduos.

Os seus valores organizacionais assentam em três pilares fundamentais: **Esperança**, enquanto fonte permanente de revitalização dos valores individuais e coletivos; **Fé**, como base de sustentação e desenvolvimento desses valores; e **Caridade**, enquanto princípio orientador da partilha de bens e da solidariedade.

No âmbito do Projeto de Luta Contra a Pobreza (1995–1997), a instituição adquiriu, em 1995, um edifício que passou a funcionar como sede, tendo sido criado um Centro Comunitário orientado para o desenvolvimento integrado e participativo da comunidade local.

A criação deste Centro Comunitário impulsionou uma significativa expansão das atividades da instituição, quer ao nível do número de utentes abrangidos, quer da diversificação das áreas de intervenção.

A primeira resposta social implementada foi o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), que se mantém atualmente como a principal valência da instituição, abrangendo 99 utentes, dos quais 87 se encontram protocolizados.

Paralelamente, foi desenvolvido o ATL, posteriormente encerrado em 2007. Mais tarde, esta resposta foi retomada em período de férias escolares, sob a designação “Cáritas Brinca”, envolvendo cerca de 50 crianças.

Atualmente, a instituição dispõe ainda de uma creche com 21 crianças, três Centros de Convívio, uma Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) com capacidade para 16 residentes e um Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS), através do qual apoia mais de uma centena de famílias.

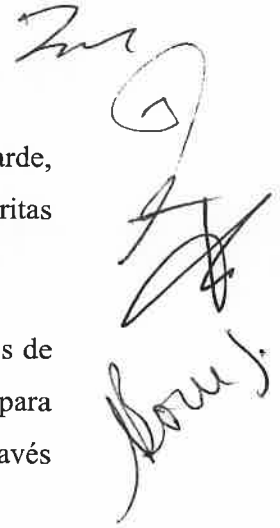
A Cáritas Paroquial de Vila Viçosa constitui também um dos principais empregadores do concelho, contando com uma equipa de aproximadamente 49 colaboradores.

No âmbito da intervenção comunitária, a instituição assegura a distribuição de alimentos em meio escolar, em articulação com a autarquia local, através de um protocolo de participação mensal.

A sua intervenção abrange uma população de cerca de sete mil habitantes, numa região marcada por fragilidades socioeconómicas e situações de vulnerabilidade social.

Com o objetivo de reforçar a proximidade à população, a instituição dinamiza Centros de Convívio descentralizados nas localidades de Pardais, Bencatel e São Romão, com cerca de 20 utentes em cada um. No entanto, apenas dois destes centros se encontram protocolizados com a Segurança Social, não sendo atualmente possível a abertura de um centro de convívio em Vila Viçosa, devido à inexistência de instalações adequadas.

Atualmente, a Cáritas Paroquial de Vila Viçosa assume um papel fundamental na resposta social do concelho, desempenhando uma intervenção de elevada relevância no combate à exclusão social e no apoio às populações mais vulneráveis.

Handwritten signature and initials in the top right corner, likely belonging to the author or a representative of the institution.

Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

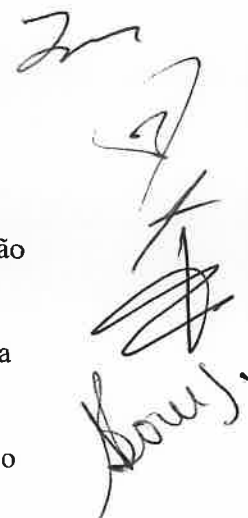
O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e/ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e/ou psíquica, e que não consigam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, não dispondo de apoio familiar adequado para o efeito.

Esta resposta social tem como finalidade promover a permanência dos utentes no seu meio natural de vida pelo maior tempo possível, garantindo condições de segurança, conforto, dignidade e bem-estar.

Objetivos do Serviço de Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário prossegue os seguintes objetivos:

- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias;
- Promover a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando a institucionalização;
- Prestar cuidados e serviços adequados às necessidades biopsicossociais dos utentes, de acordo com o plano individual de intervenção;
- Assegurar um atendimento individualizado e personalizado, ajustado às necessidades específicas de cada utente;
- Promover a dignidade da pessoa, respeitando a sua história de vida, cultura, espiritualidade, valores e vontades;
- Contribuir para um processo de envelhecimento ativo;
- Promover a participação, a saúde e a segurança, bem como o acesso à aprendizagem ao longo da vida e a tecnologias úteis;
- Prevenir e sinalizar situações de risco, nomeadamente inadaptação, deficiência ou isolamento social, assegurando o encaminhamento adequado;
- Promover a manutenção e o reforço da funcionalidade, autonomia e independência, bem como do autocuidado e da autoestima;
- Garantir condições de segurança física e emocional, prevenindo acidentes, quedas, uso incorreto da medicação, isolamento e situações de maus-tratos;



- Promover a intergeracionalidade;
- Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional dos agregados familiares;
- Reforçar as competências e capacidades das famílias e cuidadores informais;
- Promover a integração social e o contacto com a comunidade;
- Facilitar o acesso a serviços e recursos existentes na comunidade.

Zu
(2)
Boas,

Plano de Ação/Intervenção – Cuidados e Serviços

No âmbito da sua intervenção, o Serviço de Apoio Domiciliário assegura a prestação dos seguintes cuidados e serviços:

Atividades/Serviços Base

- Fornecimento de refeições, respeitando as dietas com prescrição médica;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Tratamento da roupa de uso pessoal do utente;
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados e de acordo com o plano estabelecido;
- Atividades de animação e socialização, promovendo o bem-estar e a interação social dos utentes.

Outros Serviços Complementares

O Serviço de Apoio Domiciliário assegura ainda outros serviços, nomeadamente:

- Acompanhamento e transporte a consultas médicas e a exames complementares de diagnóstico;
- Administração de medicação, conforme prescrição médica e orientações técnicas;
- Realização de pequenas adaptações no domicílio, com vista à promoção da segurança e autonomia do utente;
- Cedência de ajudas técnicas, de acordo com as necessidades identificadas;
- Apoio social, incluindo encaminhamento e articulação com outros serviços e respostas da comunidade;

- Sensibilização e capacitação dos familiares e cuidadores informais para a prestação adequada de cuidados;
- Cuidados de imagem, de acordo com o plano individual de cada utente.

Os cuidados e serviços podem ser prestados aos dias úteis e aos fins-de-semana.

Descrição dos Serviços Prestados

Fornecimento e Apoio nas Refeições

- O serviço de alimentação consiste na confeção, transporte e distribuição das refeições principais, nomeadamente almoço e jantar;
- A ementa semanal é afixada em local visível e adequado, sendo elaborada com equilíbrio nutricional e adaptada às necessidades dos utentes desta resposta social;
- As dietas específicas dos utentes, sempre que prescritas por indicação médica, são de cumprimento obrigatório;

Cuidados de Higiene e de Conforto Pessoal

- O serviço de higiene baseia-se na prestação de cuidados de higiene corporal e conforto e é prestado diariamente, preferencialmente no período da manhã;
- Sempre que se verifique necessário o serviço poderá compreender mais do que uma higiene pessoal diária, sendo considerado como mais um serviço.
- A equipa poderá ainda colaborar na prestação de cuidados de saúde básicos, sob supervisão de pessoal de saúde qualificado da Instituição, constituindo igualmente um serviço não contido nos cuidados básicos.

Tratamento da Roupagem de Uso Pessoal do Utente

- As roupas abrangidas por este serviço incluem vestuário de uso diário, roupa de cama e de casa de banho, de uso exclusivo do utente;
- A roupa é recolhida no domicílio pelo pessoal afeto ao serviço, sendo posteriormente tratada e entregue no mesmo local;

Handwritten signature and initials:
Zur
A
B
D
Bouj.

Higiene Habitacional

- Entende-se por higiene habitacional a limpeza e organização do espaço, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- A intervenção incide sobre as áreas de uso exclusivo do utente;
- A frequência do serviço é ajustada às necessidades identificadas e ao contrato de prestação de serviços estabelecido.

Atividades de Animação e Socialização

- A organização de atividades de animação e socialização é da responsabilidade da Direção Técnica, sendo a informação transmitida aos utentes através dos colaboradores;
- As atividades podem incluir passeios, deslocações e participação em iniciativas culturais e recreativas promovidas pela instituição ou por entidades da comunidade;
- Os passeios poderão ser gratuitos ou sujeitos a comparticipação, sendo esta previamente comunicada aos utentes;
- Sempre que necessário, é solicitada autorização aos familiares ou responsáveis dos utentes;
- Durante as atividades, os utentes são acompanhados por colaboradores da instituição;
- O transporte de e para o domicílio é assegurado pela instituição.

Calendarização / Horário de Funcionamento

O Serviço de Apoio Domiciliário funciona diariamente, das 08:00 e as 17:30h.

Resultados Esperados

- Satisfação do utente
- Qualidade do serviço prestado
- Melhoria da qualidade de vida do idoso

Handwritten signature and initials in the top right corner of the page. The signature appears to be 'Jus' and the initials are 'A' and 'Bous'.

Quadro de Pessoal

Categoria Profissional	Vínculo	Afetação
Socióloga	Efetivo	90%
Técnica Superior de Serviço Social / Diretora Técnica	Efetivo	5%
Animadora Sociocultural	Efetivo	15%
Chefe de Escritório	Efetivo	55%
Escriturário de 1. ^a	Efetivo	50%
Encarregada de Setor de Armazém	Efetivo	100%
Ecónoma	Contrato	100%
Ajudante de Ação Direta de 1. ^a (6)	Efetivo	100%
Ajudante de Ação Direta de 3. ^a (2)	Efetivo	100%
Ajudante de Ação Direta de 3. ^a (3)	Contrato	100%
Trabalhador Auxiliar de Serviços Gerais (5)	Efetivo	100%
Trabalhador Auxiliar de Serviços Gerais (1)	Efetivo	30%
Trabalhador Auxiliar de Serviços Gerais (1)	Efetivo	25%
Trabalhador Auxiliar de Serviços Gerais (1)	Contrato	100%
Chefe de Cozinha	Efetivo	72,5%
Cozinheira de 1. ^a	Efetivo	72,5%
Ajudante de Cozinha	Efetivo	72,5%
Trabalhador Auxiliar de Serviços Gerais (1)	Efetivo	72,5%

Plano de Atividades

O presente Plano de Atividades para o ano de 2026 sistematiza o conjunto de ações a desenvolver pelo Serviço de Apoio Domiciliário, tendo em vista a concretização dos objetivos definidos e a resposta às necessidades identificadas dos utentes.

Constitui um instrumento orientador da intervenção ao longo do ano, assegurando coerência, continuidade e intencionalidade das práticas desenvolvidas pela equipa técnica e operacional.

Zur
(2)
A
J
bowis

O plano visa igualmente reforçar a qualidade da resposta social, promovendo uma intervenção centrada na pessoa, na promoção da autonomia, na melhoria da qualidade de vida e no bem-estar biopsicossocial dos utentes, bem como na prevenção de situações de risco e isolamento social.

Zu
A
F
Bow

Atividades/ Serviços do Plano de Atividades

Atividades / Serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
Prestação do Serviço de Apoio Domiciliário: -Cuidados de higiene e conforto pessoal; -Higiene habitacional; - Alimentação; -Tratamento de roupa;	-Garantir a prestação de cuidados e serviços adequados às necessidades biopsicossociais dos utentes -Assegurar a prestação do serviço em conformidade com a legislação em vigor e com as orientações da Segurança Social; -Promover a melhoria da qualidade de vida dos utentes, assegurando conforto, segurança e dignidade; -Contribuir para a manutenção dos utentes no seu meio natural de vida, prevenindo ou adiando a institucionalização.	Todo o ano	- Prestação de cuidados e serviços adequados às necessidades biopsicossociais dos utentes; -Serviço assegurado em conformidade com a legislação e orientações da Segurança Social; -Melhoria da qualidade de vida dos utentes, garantindo conforto, segurança e dignidade; -Manutenção dos utentes no seu meio natural de vida, prevenindo ou adiando a institucionalização.

Atividades / Serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
-Atividades de animação e sociabilização no domicílio (intervenção individualizada a utentes isolados e em situação de solidão); -Atividades em grupo dirigidas aos utentes do SAD (dinamizadas em contexto institucional ou comunitário)	-Promover o bem-estar emocional e psicológico dos utentes; -Combater o isolamento social e a solidão; Estimular a participação social, cognitiva e relacional; -Reforçar os laços sociais e comunitários dos utentes;	Todo o ano -Atividades de animação e sociabilização no domicílio 2x por mês -Atividades em grupo dirigidas aos utentes do SAD (dinamizadas em contexto institucional ou comunitário) –	- Redução do isolamento social e da solidão; -Melhoria do bem-estar emocional e da qualidade de vida; -Aumento da participação em

	-Promover a inclusão e a participação em atividades individuais e coletivas adaptadas às capacidades e interesses dos utentes.	Conforme épocas festivas	atividades sociais e recreativas; Reforço das relações sociais e comunitárias; Maior satisfação dos utentes com a resposta social.
--	--	--------------------------	--

Zu
Ab
Down

Atividades / Serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
Atendimento a utentes e Familiares	Assegurar um atendimento próximo, humanizado e personalizado a utentes e familiares; Promover a comunicação eficaz entre a instituição e a família/cuidador informal; Recolher informação relevante para a adequação dos cuidados prestados.	Todo o ano	Resposta adequada, eficaz e atempada às necessidades dos utentes e famílias Melhoria da comunicação entre instituição, utentes e famílias; Aumento da satisfação dos utentes e familiares; Identificação e resolução eficaz de necessidades e situações problemáticas

Atividades / Serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
Visitas Domiciliárias	Prevenir situações de dependência e promover a autonomia e qualidade de vida dos utentes e respetivas famílias; Identificar precocemente necessidades sociais, de saúde ou outras situações de risco; Avaliar as condições habitacionais e sociais do utente; Reforçar o acompanhamento técnico e a proximidade da	Todo o ano	Identificação atempada de situações de risco e necessidades dos utentes; Melhoria da qualidade de vida e bem-estar dos utentes; Reforço da autonomia e da segurança no domicílio; Intervenção mais adequada e ajustada às necessidades identificadas; Maior articulação com a rede de suporte formal e informal.

	<p>intervenção; Assegurar a articulação com outros serviços e entidades sempre que necessário.</p>		
--	--	--	--

Handwritten signatures and initials:
 Top: *Zur*
 Middle: *a*
 Below: *F*
 Bottom: *Bois*

Atividades / Serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
<p>Apoio psicossocial aos utentes e famílias, através de acompanhamento técnico, atendimento social, escuta ativa, orientação e encaminhamento para recursos da comunidade</p>	<p>Identificar e acompanhar situações de vulnerabilidade social, emocional ou económica; Prevenir situações de risco, isolamento e exclusão social; Promover o bem-estar psicossocial dos utentes; Reforçar as competências das famílias e cuidadores informais; Assegurar a articulação com a rede de suporte formal e informal</p>	<p>Todo o ano</p>	<p>Melhoria do bem-estar psicológico e social dos utentes; Identificação e intervenção atempada em situações de risco; Reforço da rede de suporte familiar e comunitária; Maior autonomia e integração social dos utentes</p>

Plano de Atividades de Animação e Sociabilização

Atividades de Animação e Sociabilização

Atividades	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
<p>Visitas domiciliárias de animação individual a utentes referenciados (Atividades lúdicas, cognitivas e recreativas no domicílio)</p>	<p>Combater o isolamento social e a solidão; promover o bem-estar emocional; estimular interação e acompanhamento próximo Estimular memória, cognição e autoestima dos utentes</p>	<p>No âmbito das visitas domiciliárias</p>	<p>Redução do isolamento e melhoria do bem-estar emocional Manutenção das capacidades cognitivas e motivação</p>

Atividades de animação em grupo (institucionais ou comunitárias)	Promover convívio social, participação e integração comunitária	Ao longo do ano e épocas festivas	Reforço das relações sociais e da integração
--	---	-----------------------------------	--

Handwritten signature and initials on the right margin.

Metodologia de Avaliação

A metodologia de avaliação do presente Plano de Atividades constitui um processo contínuo e sistemático, essencial para garantir a qualidade, eficácia e adequação da intervenção desenvolvida pelo Serviço de Apoio Domiciliário.

A avaliação incide sobre a execução das atividades, os resultados alcançados e o grau de satisfação dos utentes, permitindo a identificação de oportunidades de melhoria e a introdução de ajustamentos sempre que necessário.

Serão utilizados os seguintes instrumentos e metodologias de avaliação:

- **Avaliação e revisão dos Planos Individuais de Intervenção**, assegurando a sua atualização periódica, em função da evolução das necessidades e expectativas dos utentes;
- **Registo e análise de ocorrências**, nomeadamente situações de risco, reclamações e incidentes, permitindo a identificação de falhas e a implementação de medidas corretivas e preventivas;
- **Satisfação dos utentes e/ou familiares**, realizada de forma contínua, através de contacto direto e informal com a equipa técnica, possibilitando a recolha de perceções sobre a qualidade dos serviços prestados;

Conclusão

O presente Plano de Atividades do Serviço de Apoio Domiciliário para o ano de 2026 reflete o compromisso da Cáritas Paroquial de Nossa Senhora da Conceição de Vila Viçosa com a prestação de um serviço de qualidade, centrado na pessoa e orientado para a promoção da dignidade, autonomia e bem-estar dos utentes.

Através da definição de objetivos claros, da organização estruturada dos serviços e da implementação de atividades ajustadas às necessidades identificadas, este plano constitui um instrumento fundamental de orientação da intervenção, garantindo coerência, continuidade e adequação das práticas desenvolvidas.

Num contexto marcado pelo envelhecimento da população e pelo aumento das situações de dependência e isolamento social, o Serviço de Apoio Domiciliário assume um papel essencial na resposta às necessidades da comunidade, promovendo a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, com segurança, conforto e qualidade.

A aposta na melhoria contínua, sustentada por mecanismos de avaliação e monitorização, permitirá ajustar a intervenção às dinâmicas emergentes, reforçando a eficácia dos serviços prestados e a satisfação dos utentes e suas famílias.

Assim, este Plano de Atividades traduz não apenas um conjunto de ações a desenvolver, mas também uma estratégia de intervenção integrada, humanizada e de proximidade, que visa contribuir para a inclusão social, a valorização da pessoa e o fortalecimento da resposta social no concelho de Vila Viçosa.

Handwritten signature and initials in the right margin, including the name 'Bous' at the bottom.

Aprovado	Não Aprovado	Data
X		04/05/2026

A Comissão

Luiz Carlos Pereira
João Manoel da Silva
Luiz Manoel da Silva
João Manoel da Silva
Luiz Manoel da Silva