



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

*Martim
Pardo
LES MIMMO*

ORÇAMENTO PARA 2024

E

PLANO DE ACTIVIDADES

DE

ANIMAÇÃO SÓCIO CULTURAL

Lisboa, 19 de Outubro de 2023



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

Nas admissões continuaremos a dar a máxima prioridade aos associados reformados e familiares de menores recursos financeiros com ligações à EPAL e AdTA.

De realçar que a Arepal é hoje, acima de tudo, uma valência de Lar, e que os Utentes que dela usufruem, cada vez apresentam maiores dificuldades de saúde, financeiras e de apoio social, precisando por isso mesmo de um acolhimento cada vez mais intenso e maiores atenções, nomeadamente ao nível do apoio nos cuidados de higiene geral, de alimentação, de locomoção e outros.

Temos vindo a sentir que o potencial utente com necessidade de cuidados e apoios pessoais, mas ainda com alguma autonomia evita a vinda para o Lar, face aos custos que tal implica, tendo em conta as suas disponibilidades financeiras, para além da alteração do seu modo de vida o que se apresenta sempre como uma resolução difícil de tomar pelos familiares e de aceitação pelo Utente.

A Associação através do fornecimento de refeições a preços acessíveis tem sido uma referência para os Associados mais necessitados financeiramente, mas também aqui se tem notado uma redução no número de utilizadores acreditando-se que tal se deve basicamente à idade bastante avançada dos associados reformados, aos custos e dificuldades de deslocação nos transportes públicos, e ainda à deslocalização de muitos para as suas terras de origem.

Lisboa, 26 de Outubro de 2023

José António Jesus Martins _____

Jesus Manuel Martins Cardoso _____

Carlos Manuel Gonçalves Jerónimo _____



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

Imatium
Paulo
CSN

Fundamentação

Os valores orçamentados para 2024 têm como base a informação contabilística disponível registada até ao mês de Junho do corrente ano, e apontam para valores com algumas alterações significativas e ligeiramente diversificados na estrutura dos gastos, quando comparados com os valores aprovados e executados em 2023. Em conjunto com a DNS (empresa prestadora do serviço de contabilidade) temos vindo a reestruturar a distribuição de Rendimentos e Gastos pelas diversas rubricas por forma a tornar mais perceptível a imputação das verbas.

Em termos globais, para 2024 os gastos previstos ascenderão a **845.500,00 euros**, cuja cobertura financeira de igual montante se espera venha a ser garantida nos termos atrás referidos.

Persistimos em manter um esforço suplementar de racionalização de alguns gastos, com as alterações julgadas pertinentes na estrutura de gastos, tendo em atenção, alguma prevenção para eventuais acréscimos de novos custos que possam vir a ocorrer com a imprevisibilidade que o aumento da taxa de inflação possa vir a implicar na gestão da Associação.

Continuamos a aguardar resposta à candidatura apresentada, com a ajuda da EPAL e da Lisboa e-Nova, aos fundos PRR por forma a tornarmos a Arepal autossustentável em termos energéticos e aumentarmos a eficiência energética das nossas instalações.

As expectativas de rendimentos relacionados com os Utentes do Lar, pese embora a celeridade com que têm vindo a ser preenchidas as vagas, são de aumento do nível real de rendimentos registado em 2023 através dum ajustamento no valor das mensalidades a receber a partir de Janeiro de 2024.

As fontes de financiamento para garantir a autonomia financeira do Lar, na forma como referido anteriormente, traduzem-se nas mensalidades pagas pelos utentes residentes e pelo subsídio mensal contratualizado para 30 utentes e recebido da Segurança Social, essencial para a manutenção da valência do Lar, tendo em conta, que o custo médio por utente é, em muitos casos, significativamente superior à mensalidade média mensal paga pelos utentes. Para as restantes actividades da Associação e sempre na perspectiva da manutenção do equilíbrio económico e financeiro, as contribuições dos associados são manifestamente insuficientes para suportar a exploração das mesmas, pelo que se espera que, tal como em anos anteriores, que outros apoios e donativos, venham possibilitar o desejado e necessário equilíbrio.

Neste sentido, têm vindo o Conselho de Administração da EPAL e o Conselho de Administração da AdTA a atribuir, anualmente, à Arepal uma quota/donativo que se consideram indispensáveis e imprescindíveis para o equilíbrio financeiro da Associação e que se encontram contempladas neste Orçamento previsional.

Para além das considerações já referidas na apresentação deste Orçamento para 2024 nomeadamente no que respeita às alterações previstas em gastos e especialmente significativas em rendimentos, passamos a referir apenas as rubricas com maior impacto no Orçamento da AREPAL e os respectivos pressupostos para os valores a considerar, independentemente das variações relativas a anos anteriores.



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal ipss

Manu
Luís
27.05.2023

RENDIMENTOS

Os rendimentos totais orçamentados ascendem ao valor de **845.500,00 euros** e representam um aumento de cerca de 5,40%, quando comparados com os valores orçamentados e aprovados para 2023, discriminando-se de seguida a composição dos mesmos. O aumento previsto fica a dever-se a uma previsão mais realista das verbas que integram as diversas rubricas conjugada com a taxa de inflação prevista pelo Estado para o ano de 2024.

- Mensalidades dos residentes do Lar

As receitas esperadas para 2024 ascendem a 460.000,00 euros, prevendo-se um aumento de 15.000 euros em relação ao valor estimado para 2023, cerca de 3,37%. Este aumento irá ser refletido num ajustamento no valor das mensalidades, conforme previsto no Regulamento do Lar.

- Fornecimento de almoços e receitas do bar

No conjunto das duas situações prevê-se um rendimento da ordem dos 5.000,00 euros, valor que se espera alcançar com o regresso, em pleno, como tem vindo a verificar-se, dos Utentes ao Centro de Dia para tomada de refeições.

Prevê-se, também, derivado do incremento do contrato com a Empresa que confeciona as refeições um ajustamento no preço das refeições a pagar pelos Sócios.

- Comparticipações e subsídios à exploração

Como tem sido referido, a natureza do apoio social prestado pela AREPAL aos reformados da EPAL, seus familiares directos e Sócios em geral, consubstancia-se, fundamentalmente, pelo fornecimento de refeições a preços de natureza social e na prestação de cuidados de saúde de APOIO MÉDICO DOMICILIÁRIO através de contrato, que mantém, com empresa prestadora de serviços da especialidade – “**By Our Doctor**”.

Este apoio social origina uma situação deficitária que, como se refere na apresentação, tem sido colmatada por via da aplicação da quota/donativo anual concedida pela EPAL. Considerando o benefício fiscal de que a mesma pode beneficiar, é nossa convicção que a comparticipação para 2024 possa vir a exceder ou, a manter-se ao nível do valor que ainda aguardamos seja concedido no corrente ano. Sem esta comparticipação o necessário equilíbrio orçamental e a prossecução dos objectivos da Associação correm sérios riscos de concretização.

Através de protocolo celebrado entre a AREPAL e a Segurança Social, a exploração do Lar continua a ser objecto de subsídio mensal, alargado para 30 utentes. Devido aos aumentos do SMN o valor deste subsídio foi actualizado no decurso de 2023, antevendo-se que o mesmo seja novamente reajustado em 2024 pelo que no valor orçamentado estão contempladas essas actualizações.



*Francisco
Gardoso*
09/05/20

- Outros rendimentos e Quotas dos associados

Esta conta integrada na rubrica “Outros rendimentos e Quotas dos Associados”, contabilisticamente desdobrada, abrange uma série de eventuais outras receitas, passíveis de realização, e que vão desde a quotização dos associados, a outras eventuais receitas, até à realização de festas comemorativas (Santos Populares, Natal, etc.). Espera atingir-se em 2024 um montante a rondar os 55.000 euros.

- Juros de depósitos bancários e outras aplicações

Apesar dos rendimentos devidos por aplicações financeiras se encontrarem com taxas bastante reduzidas, ainda assim e fruto da aplicação das disponibilidades financeiras da Associação obtidas pela implementação de uma gestão rigorosa e criteriosa, espera a Associação atingir em 2024 um rendimento financeiro que poderá ser da ordem dos 500 euros.

GASTOS

Tal como referido anteriormente, a orçamentação tanto de **Gastos** como de **Rendimentos** tem como base os valores reais conhecidos até Junho do corrente ano, extrapolados para Dezembro, aos quais se aplica o devido ajustamento por via do conhecimento dos rendimentos e gastos sem carácter de regularidade e das perspectivas do nível das actividades previstas pela Associação para 2024.

Os gastos orçamentados para 2024, no montante de **845.500 euros** apontam para um aumento de 5,40% relativamente aos executados e aprovados em 2023, devido aos valores orçamentados se estarem, cada vez mais, a ajustar à realidade vivida pela Associação.

Temos assim:

- Matérias-primas para refeitório e bar e artigos e material de limpeza

No conjunto antevê-se um gasto que poderá atingir em 2024 a quantia de 22.500 euros.

Prevê-se um aumento significativo com os gastos nesta rubrica devido essencialmente à alteração dos preços das matérias-primas que se tem vindo a registar no mercado com especial relevo para os produtos empregues na Lavandaria e restantes produtos de higiene e limpeza para o Lar e Centro de Dia.



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal ipss

Matim
Edison

- Manutenção e conservação

Complementa um conjunto de rubricas relativas, à conservação de vária ordem (edifícios, instalações, equipamentos, mobiliário, etc.) e corresponde a um gasto previsto para 2024 da ordem dos 20.000 euros, na perspectiva das várias reparações e beneficiações a realizar, considerando os vários anos de utilização das instalações.

- APOIO MÉDICO DOMICILIÁRIO

Corresponde ao apoio médico domiciliário, 24 horas por dia, 365 dias/ano, assegurado pela empresa “**By Our Doctor**”, com a qual a AREPAL estabeleceu contrato. Este benefício é extensivo a todos os Sócios e respectivo agregado familiar, tem como contrapartida um pequeno encargo mensal para os associados. Para 2024 prevê-se um gasto da ordem dos 10.000 euros, valor que se aproxima do estimado para o corrente ano e que tem a ver com a redução do número de associados da Associação que se tem vindo a verificar e da correcção atempada do ficheiro de Sócios que têm este serviço activo.

- Fornecimentos e serviços diversos

Integra um conjunto de rubricas que em 2024 se estima venha a totalizar cerca de 23.000 euros, e inclui rúbricas como ferramentas, material de escritório, comunicação, seguros, higiene e conforto, medicamentos e outros artigos de saúde.

Nesta rúbrica para além dos gastos referidos há ainda a considerar outros gastos com a aquisição de utensílios e materiais diversos para trabalhos a desenvolver pelos Utentes do Lar, na área da Animação Sociocultural.

- Remunerações e encargos com o pessoal e honorários

Representa a maior fatia dos encargos da AREPAL, 37,94%, com um montante de 320.000 euros previstos para 2024, a que acresce ainda a verba prevista de 25.000 euros correspondente a pessoal a contratar para suprir faltas pontuais do pessoal contratado (férias, doenças, etc.) o que, considerando o computo das duas situações, nos dá um custo total com pessoal da ordem dos 40,90% relativamente ao total dos gastos esperados.

Relativamente a honorários, os valores orçamentados correspondem aos montantes a pagar aos trabalhadores prestadores de serviços, relacionados com a prestação de serviços de medicina geral e familiar, enfermagem, ginástica de manutenção, estudos e projectos e outros, cujo valor global para 2024 se estima em 50.000 euros.



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

*Prantim
Pulido*
2024.01.01

- Depreciações e amortizações

Por fim, a verba inscrita de 50.000 euros nesta rubrica corresponde ao valor anual que se estima ser a desvalorização pela utilização e obsolescência dos activos fixos tangíveis da AREPAL, valor que, embora não constituindo dispêndio financeiro para a Associação, tem influência no resultado, e corresponde a 6,02% dos gastos totais previstos para o ano de 2024 e que se podem considerar como reserva para ocorrer à substituição futura dos bens.

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL PARA 2024

Rendimentos:

Prestações de serviços		465.000,00
Lar – Mensalidades dos Utentes	460.000,00	
Centro de Dia – Fornecimento de almoços e bar	5.000,00	
Comparticipações, donativos e subsídios à exploração		325.000,00
Segurança social	225.000,00	
Donativos - Entidades diversas	100.000,00	
Outros rendimentos e quotizações		55.000,00
Sócios – Quotizações recebidas	30.000,00	
Outros rendimentos	25.000,00	
Juros e outros rendimentos		2.000,00
Rendimentos financeiros	500,00	
Total de Rendimentos		<u>845.500,00</u>

Gastos:

Custo das mercadorias vendidas e consumidas		22.500,00
Refeitório - Matérias avulsas	500,00	
Bar - Matérias avulsas	1.000,00	
Centro de Dia - Artigos p/ higiene e limpeza	6.000,00	
Lavandaria - Artigos p/ higiene e limpeza	10.000,00	
Lar - Artigos p/ higiene e limpeza	5.000,00	
Fornecimentos e serviços externos		
Serviços especializados		365.000,00
Honorários	50.000,00	
Assistência médica	-	
Serviços contratados - Fornecimento de refeições	190.000,00	
Serviços contratados - Serviços de limpeza	70.000,00	
Apoio Médico Domiciliário aos Sócios	10.000,00	
Conservação e Reparação	20.000,00	
Pessoal contratado	25.000,00	



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal ipss

Materiais		8.500,00
Ferramentas e utensílios	4.000,00	
Material de escritório	1.500,00	
Material de Animação Cultural	500,00	
Materiais diversos	2.500,00	
Energia e fluídos		55.000,00
Electricidade	35.000,00	
Combustíveis - viaturas	5.000,00	
Combustíveis - gás	15.000,00	
Fornecimentos e serviços diversos		23.000,00
Comunicação	1.000,00	
Seguros	4.000,00	
Medicamentos e outros artigos de saúde diversos	3.000,00	
Outros fornecimentos e serviços	15.000,00	
Gastos com o pessoal		320.000,00
Remunerações com pessoal	250.000,00	
Encargos com pessoal	60.000,00	
Seguro de acidentes de trabalho	10.000,00	
Outros gastos com o pessoal	-	
Gastos de depreciação		50.000,00
Encargos financeiros suportados		-
Outros Gastos e Perdas		1.500,00
Total de Gastos		<u>845.500,00</u>

Lisboa, 26 de Outubro de 2022

José António Jesus Martins _____

Jesus Manuel Martins Cardoso _____

Carlos Manuel Gonçalves Jerónimo _____



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

AREPAL

Associação para Serviço de Apoio
Social e Reformados da EPAL, ipss

Plano de Atividades de Animação Sociocultural 2024

Técnica de Animação Sociocultural: Andreia Carvalho



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal ipss

Introdução

No Plano Anual de Atividades estão presentes e refletidas as dificuldades dos destinatários da sua concretização.

Porém não queremos deixar de ser ousados nas ações que queremos realizar e na qualidade que queremos proporcionar, otimizando todos os recursos disponíveis e colocando empenho e firmeza em conseguirmos superar possíveis obstáculos e responder a novos desafios que possam surgir.

A planificação anual das atividades socioculturais para o Lar e Centro de Dia da Arepal visa a concretização de objetivos inerentes à existência destas respostas sociais, que passam pela ocupação dos utentes e respetivo envolvimento nas atividades, para as quais possam sentir prazer na sua realização, o que vai motivar a participação e consciencialização que lhes são úteis e que o seu contributo e participação é importante para o desenvolvimento das mesmas, proporcionando mais confiança, satisfação e qualidade de vida.

Como pretendemos continuar a contribuir para um envelhecimento mais saudável, com maior qualidade de vida, ajudando a preservar a autonomia e capacidade dos nossos utentes este Plano prevê e programa uma grande diversidade de atividades ajustadas ao público-alvo.



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

Serviços prestados pela Arepal:

Lar	Resposta social que visa o alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente para pessoas idosas com maior risco de perda de independência e/ou autonomia.
Serviço de higiene pessoal	Prestação aos utentes dos cuidados de higiene pessoal diária.
Serviço de alimentação	Fornecimento diário das refeições (pequeno almoço, reforço, almoço, lanche, jantar e ceia).
Serviço de tratamento de roupa	Recolha, lavagem e pequenos reparos da roupa pessoal dos utentes.
Serviço de animação	Realização de diversas atividades, com os utentes, descritas no Grelha de Planificação Anual. É realizada pela Animadora Sociocultural.
Serviço de enfermagem	Prestação aos utentes de todos os cuidados de saúde. São concretizados por enfermeiros e médica.



Arepal

Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

Atividades da Arepal:

Programa “Vida Ativa”	Ginástica geriátrica sénior e ginástica de manutenção à 2ª e 4ª feira de cada semana com os utentes e sócios
Programa “Mentes Dinâmicas”	Jogos de mesa diversos
Programa “Mentes ativas”	Estimular e exercitar as mentes com atividades lúdicas diversas.
Programa “+ Beleza”	Manicura e cabeleireiro
Programa de carácter Espiritual	Para os utentes que o solicitem conforme a sua religião
Os Aniversários	Atividades de comemoração dos aniversários dos utentes do Lar e dos Sócios no Centro de Dia.
Programa “Itau”	Decoração do refeitório, conforme a data a comemorar, sardinhada anual e bolos de aniversário aos utentes.
Programa “Chá das 11h”	Chá convívio com todos os utentes
Programa “Filmes da nossa vida”	Recordando grandes filmes portugueses a preto e branco
Programa “Passeios”	Passeios, sempre que possível, ao exterior com os utentes a locais diversos da região de Lisboa,
Programa “Teatro”	Levar e acompanhar os nossos utentes ao Teatro e ou promover espetáculos no nosso ginásio
Programa “Atelier Artes”	Pinturas alusivas às datas comemorativas de cada época.



Calendarização semanal:

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Atelier Artes Expressão plástica e Ginástica	Atelier Artes Passeios e Hora do chá	Atelier Artes Ginástica e Jogos de mesa	Atelier Artes Passeios e Expressão plástica	Programa: Filmes da nossa vida e Hora do Chá

Grelha de Planificação Anual:

Finalidade: Proporcionar o bem-estar; promover o envelhecimento ativo;					
Grupo alvo: Utentes da Arepal					
Ações/ Atividades	Descrição	Objetivos	Recursos		Duração/ Calendarização
			Materiais	Humanos	
Cantar as Janeiras	Aprender/ recordar as músicas alusivas à data	Fortalecer a memória	Colunas e Computador	Técnica de Animação Sociocultural	2 de janeiro 2024
Dia dos Reis: Confeção de bolo-rei	Culinária: fazer bolo-rei	Despertar o interesse pela culinária	Ingredientes necessários para a preparação da atividade	Técnica de Animação Sociocultural	8 de janeiro 2024
Dia Mundial do compositor: Aprender novas músicas tradicionais portuguesas	Cantar novas músicas tradicionais portuguesas;	Fortificar a memória. Estimular o gosto pela música	Não são necessários materiais	Técnica de Animação Sociocultural AADs da Arepal	17 de janeiro 2024
Dia do Amor: Lanche partilhado	Proporcionar convívio entre os Utentes	Criar um ambiente acolhedor	- Bolos; - Pão; - Chá; - Leite, etc.	Técnica de Animação Sociocultural AADs da Arepal	14 de fevereiro 2024



Ações/ Atividades	Descrição	Objetivos	Recursos		Duração/ Calendarização
Carnaval: Desfile dos alunos da Escola Eb1 Mestre Querubim	Desfile dos alunos no espaço da Arepal;	Estimular o encontro inter-generacional;	Apenas recursos humanos;	Técnica de Animação Sociocultural	13 de fevereiro 2024
Dia Mundial da Árvore: Plantar ervas aromáticas (coentros, salsa, etc.)	Elaboração dos vasos para plantar	Criar a horta dos Utentes da Arepal	- Garrafas de plástico; - Tesoura; - Colas; - Sementes	Técnica de Animação Sociocultural	21 de março 2024
Dia do Livro Português: Provérbios	Completar provérbios	Estimular a capacidade intelectual e cultural	- Folhas A4; - Canetas de feltro	Técnica de Animação Sociocultural	26 de março 2024
Páscoa: Folar da Páscoa Pintura alusiva ao tema	Confeção, pelos utentes, do folar da Páscoa	Proporcionar bons momentos e desenvolver a motricidade fina	- Fermento; - Farinha; - Leite; - Ovos, etc.	Técnica de Animação Sociocultural	1 de abril 2024
Dia da Liberdade: Fazer pregadeiras em forma de cravos	Expressão plástica e criar um atelier de costura	Desenvolver a motricidade	- Tecido; - Agulhas; - Cola tecido; - Alfinetes, etc.	Técnica de Animação Sociocultural AADs da Arepal	26 de abril 2024
Dia do Trabalhador: Conta-me como foi?	Explorar as antigas profissões dos utentes e familiares	Proporcionar recordações e memórias adormecidas	- Sala; - Cadeiras, etc.	Técnica de Animação Sociocultural	2 de maio 2024
Dia Internacional da Família: Lanche convívio	Proporcionar um lanche com a família	Criar um momento e ambiente de laços afetivos	- Bolos; - Chá; - Leite, etc.	Técnica de Animação Sociocultural AADs da Arepal	15 de maio 2024
Dia Mundial da Criança: “Encontro inter-generacional”	Contatar a escola próxima; Exibição de uma atividade das crianças	Proporcionar um encontro inter-generacional. Oferecer momentos de alegria	Alunos de uma escola	Técnica de Animação Sociocultural e AADs da Arepal	3 de junho 2024

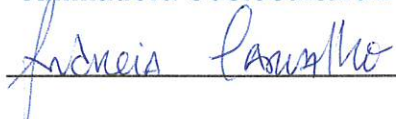


Arepal

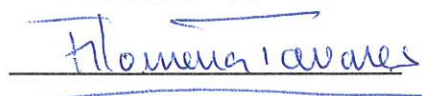
Associação para serviço de
apoio social
a reformados da Epal, ipss

Ações/ Atividades	Descrição	Objetivos	Recursos		Duração/ Calendarização
Santos Populares: Animação e convívio entre utentes e sócios.	Estabelecer contacto com a família e restantes sócios da Associação	Aproximar os utentes dos familiares e sócios da Associação	Convite para convívio entre utentes, familiares e sócios da Associação	Técnica de Animação Sociocultural	15 de julho 2024
Dia Mundial dos Avós: Encontro intergeracional familiar	Estabelecer contato com a família para a presença dos netos	Aproximar os utentes dos netos e restante família	Convite para convívio entre os familiares jovens e os utentes	Técnica de Animação Sociocultural	26 de julho 2024
Dia Internacional da Paz: "A vela da Paz"	Elaborar um simbólico porta velas	Desenvolver a motricidade. Despertar o sentimento da Paz	- Pequenas velas; - Massa de moldar; - Arame, etc.	Técnica de Animação Sociocultural	20 de setembro 2024
Dia de São Martinho: Confeção de cartuchos	Preparação de cartuchos de papel. Festa de São Martinho	Desenvolver a motricidade	- Tecidos; - Agulhas; - Linhas; - Castanhas	Técnica de Animação Sociocultural	8 de novembro 2024
Natal: A Família	Criar pequenas prendas para oferta aos familiares	Desenvolver a motricidade	Materiais diversos consoante a prenda	Técnica de Animação Sociocultural	Entre 10 e 22 de dezembro 2024
Festa de Natal	Festa de Natal com utentes, familiares e funcionários da Arepal	Proporcionar convívio entre os utentes, familiares e funcionárias da Arepal	Lanche proporcionado pela Arepal	Técnica de Animação Sociocultural e funcionárias da Arepal	19 de dezembro 2024

Animadora Sociocultural:


Francisca Loureiro

Directora Técnica:


Helena Cavaleiro