

## **Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023**

## **Plano de Atividades e Orçamento para o Ano de 2023**

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

### Assembleia Geral

Presidente - Armindo Rosário Carvalho, sócio nº 9

1º Secretário - Rute Alexandra Gonçalves Henriques, sócio nº 6

2º Secretário - Maria Conceição Moio, sócio nº 52

### Conselho Fiscal

Presidente - José Manuel Enxuto Manique, sócio nº 13

Vogal - António Fernando Carvalho Martins, sócio nº 16

Vogal - Vítor Manuel Conceição Pereira Ribeiro, sócio nº 24

### Direção

Presidente - Carlos Manuel Silva Alves Henriques, sócio nº 4

Vice-Presidente - Carlos Oliveira Rodrigues, sócio nº 1

Tesoureiro - José António Oliveira Sancheira, sócio nº 3

1º Secretário - Vasco Manuel Lopes Severiano, sócio nº 2

2º Secretário - Ofélia Maria de Jesus Lopes Oliveira Rodrigues, sócio nº 35

Vogal - Henrique Manuel Inácio, sócio nº 14

Vogal - Luis Augusto Rumualdo Carvalho, sócio nº 18

Vogal - Ana Paula Silva Gonçalves, nº 215

Vogal - Rita Alexandra Pereira, nº 146

Suplentes :

- Armindo Albano Alves Camacho, sócio nº 11

- Manuel Mateo Botelho, nº 149

- Maria Clara de Oliveira, sócio nº 92

- António Maria, sócio nº 56

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

**Denominação Social:** Associação Desenvolvimento Social da Freguesia de Coto

**Sede:** Rua da Lage N°65, 2500-432 Coto

**NIPC:** 505 343 312

**E-mail:** [adsfcoto@gmail.com](mailto:adsfcoto@gmail.com)

**Site:** [www.adsfcoto.pt](http://www.adsfcoto.pt)

**Telefone:** 262 831 247



**Valências:** Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Apoio Alimentar

A Associação de Desenvolvimento Social da Freguesia de Coto (ADSF COTO) tem natureza jurídica de Associação de Solidariedade Social Sem Fins Lucrativos (tendo sido registada pela inscrição n°3/11, a fls 69 e 69 verso, do livro n°13 das Associações de Solidariedade Social, a 15 de maio de 2010). A sua área de intervenção e atuação é direcionada para a população idosa, com mais de 65 anos, e seus familiares.

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

### Introdução

A Direção da Associação Desenvolvimento Social da Freguesia de Coto (ADSF COTO), em conformidade com a Lei e os Estatutos, apresenta o seu Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2023.

Este documento tem como finalidade expor, de forma clara e explícita, todas as atividades planificadas para o ano de 2023, para que se possa atingir os objetivos, respondendo deste modo, às necessidades da instituição e das diferentes partes interessadas, nomeadamente os utentes, parceiros e comunidade. Bem como, apresentar um orçamento dos custos estimados no desenvolvimento das atividades propostas.

A ADSFCOTO distingue-se pela prestação de serviços com uma qualidade de excelência à população idosa, e consequentemente, seus familiares, assegurando as condições de Bem Estar e o respeito pela Dignidade Humana dos seus utentes, dando um sentido à vida da pessoa idosa, valorizando a sua importância no seio da Comunidade.

Face à situação atual, onde se verifica que a População Idosa é dotada de poucos recursos internos e externos, é fundamental planear uma estratégia que consiga garantir uma sustentabilidade sólida desta instituição, e para tal, a contribuição e a participação de **todos** torna-se essencial.

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

### Valências

Com o propósito de conceder as respostas sociais adequadas às necessidades, quer do público alvo (população idosa), como da comunidade geral, a ADSFCOTO é composta por três valências: o **Centro de Dia**, o **Serviço de Apoio Domiciliário** e **Ajuda Alimentar**.

O **Centro de Dia**, tem uma capacidade máxima de acolhimento com a devida licença de funcionamento para 20 utentes, sendo uma resposta social que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem de forma contínua para o bem estar da pessoa idosa, no seu meio sócio familiar.

Tem como objetivos específicos:

- Promover estratégias de desenvolvimento da autoestima, da autonomia, da funcionalidade e da independência pessoal e social do utente.
- Proporcionar ao Cliente atividades de cariz lúdico, lazer, religiosas e desportivas, de modo a garantir tempo útil e de qualidade.
- Desenvolver e estimular relações interpessoais entre o utente, seus familiares/ pessoas significativas, e a ADSFCOTO

Os **Serviços** Prestados são:

- Cuidados de Higiene e de Imagem Pessoal;
- Alimentação (inclui o Pequeno Almoço, o Almoço, o Lanche e o Jantar);
- Tratamento de Roupas;
- Assistência Medicamentosa (com a devida prescrição médica);
- Acompanhamento na aquisição de bens ou ajudas técnicas;
- Promoção de atividades socioculturais, desportivas, religiosas e de lazer;
- Transporte.

Aos utentes desta valência são proporcionadas, aulas de ginásticas (2 vezes por semana).



## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

O **Serviço de Apoio Domiciliário**, tem uma capacidade máxima para 20 utentes, e destina-se a pessoa idosas (com idade igual ou superior a 65 anos), com deficiência e/ou em situação de dependência. Consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados, no domicílio, em situação de dependência física e ou psíquica, e que não possa ser assegurado temporária ou permanentemente, a satisfação de necessidades básicas e ou realização de atividades instrumentais da vida diária do utente, ou a ausência de suporte familiar para o efeito.

Os objetivos específicos são:

- Melhorar a qualidade de vida do utente e seus familiares;
- Contribuir para a permanência do utente no seu ambiente sociofamiliar, com o intuito de evitar ou retardar a institucionalização.
- Prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades do utente, dando o devido suporte e apoio ao mesmo.

Os **Serviços Prestados** são:

- Cuidados de Higiene e Imagem Pessoal;
- Alimentação (inclui o Almoço, Lanche e Jantar);
- Higiene Habitacional;
- Tratamento de Roupa;
- Assistência Medicamentosa (com a devida prescrição médica);
- Acompanhamento na aquisição de bens e ou ajudas técnicas;
- Promoção de atividades socioculturais, desportivas, lazer e religiosas.

Os utentes abrangidos por esta valência estão igualmente sinalizados para as Atividades Do Plano de 2023, tal como os clientes em Centro de Dia.

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

A **Ajuda Alimentar** é uma resposta social prestada a famílias carenciadas e em situações de carência alimentar, através de uma distribuição de bens alimentícios, na condição de que as mesmas participem na procura ativa de soluções para melhorar as suas condições de vida. Com o intuito de ajudar estas famílias, que sejam residentes na freguesia de Coto, foi celebrado um acordo de ajuda alimentar com o “Banco Alimentar do Oeste” (BAO), onde todos os bens alimentícios distribuídos são provenientes do BAO. Para este efeito, a entrega de bens alimentícios é realizada uma vez por mês. Atualmente, a ADSFCOTO garante o apoio alimentar a nove famílias, ajudando um total de 17 pessoas.

Objetivos específicos são:

- Contribuir para a redução de situações de carência alimentar.
- Ajudar as famílias mais carenciadas a construir o seu projeto de vida.
- Sensibilizar as famílias de modo a gerir de forma positiva os seus recursos.

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

### Recursos Humanos

De forma a garantir a qualidade e eficiência das valências e serviços prestados, a ADSFCOTO é composta por uma equipa qualificada e em permanente atualização profissional, contando assim com o apoio de 10 colaboradores.

A ADSF Coto poderá ainda contar com a importante colaboração de Voluntários, com o intuito de realizarem tarefas e atividades, no edificado do Centro de Dia.

### *Quadro de colaboradores*

Pessoal/ Categorias	Nº
Diretor Técnico /Técnico de Animação/Técnico Serviço Social(a)	1
Auxiliar de Ação Direta	5
Ajudante Familiar	2
Cozinheira	1
Ajudante cozinha / Copeira	1
a) Em acumulação de funções e com a referida formação	



## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

### Financiamento

Com o propósito de garantir a sua exequibilidade e bom funcionamento, a ADSFCOTO obtém financiamento através de:

- Acordos de Cooperação com o Instituto da Segurança Social.
- Comparticipação dos utentes, em conformidade com as normas legais aplicáveis.
- Comparticipação da Câmara Municipal.
- Comparticipação da Junta de Freguesia.
- Donativos, legados ou doações.
- Jóias e quotizações de associados.

A ADSFCOTO compromete-se a promover iniciativas para angariação de fundos, através de convívios, almoços, festas e outros eventos.

### Parceiros

- Instituto de Emprego e Formação Profissional de Caldas da Rainha;
- Banco Alimentar do Oeste,
- Câmara Municipal Caldas da Rainha;
- Junta de União de Freguesia N<sup>ª</sup> Senhora do Pópulo, Coto e São Gregório;
- Grupo Concelhio de Apoio à Pessoa Idosa;
- Gabinae.

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

### Outros Elementos Relevantes

A ADSFCOTO, encontra-se inserida na Rede Social das Caldas da Rainha, integrando igualmente o Conselho Local de Ação Social de Caldas da Rainha (CLASCR), fator que, eventualmente poderá potenciar a sustentabilidade da Associação, no que diz respeito ao encaminhamento do utente.

A Associação dispõe de um edifício próprio.

Na sequência dos pressupostos que levaram à construção do Centro de Dia, continuará esta Associação a desenvolver esforços no sentido da construção de uma Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

Pretende esta Associação continuar a combater a falta de apoio aos idosos, e reforçar o apoio a famílias carenciadas através de distribuição de cabazes alimentares, de modo a proporcionar-lhes uma melhor qualidade de vida .

## Divulgação

Os serviços prestados através das respostas sociais serão divulgados recorrendo aos seguintes meios:

- Através de diversos meios de comunicação locais;
- Através da Rede Social das Caldas da Rainha;
- Através do site: [www.adsfcoto.pt](http://www.adsfcoto.pt) onde se pretende dar conhecimento do projeto, bem como dos seus resultados;
- Página do Facebook;
- Através das iniciativas sociais e culturais desenvolvidas pelo Grupo Concelhio de Apoio à Pessoa Idosa.

# Plano de Atividades Ano 2023



Rua da Lage, N.º65  
2500-432 Coto-Caldas da Rainha  
Contacto: 964 878 978  
NIPC: 505 343 312



## Plano de Atividades Ano 2023

Área Motora	Calendarização:	Resposta Social:		Atividade:	Objetivos:	Recursos:	
		CD	SAD			Humanos:	Materiais:
Área Cognitiva	Semanal	X	X	Atividade Física	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a amplitude de movimentos;</li> <li>Evitar o sedentarismo-caminhadas no exterior;</li> <li>Desenvolver hábitos de exercício físico;</li> <li>Manter/Melhorar mobilidade articular e muscular;</li> <li>Estimular a dinâmica de grupo e as relações entre pares;</li> <li>Manter/melhorar a funcionalidade e autonomia.</li> </ul>	-Professor de Ginástica;	-Cadeiras; -Sistema de Som; -Fitas; -Arcos; -Bolas, -Balões; -Garrafas.
	Semanal	X	X	Estimulação	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimular o raciocínio;</li> <li>Desenvolver a atenção e concentração;</li> <li>Proporcionar a partilha de experiências;</li> <li>Incurtir o respeito por diferentes opiniões;</li> <li>Desenvolver a capacidade de Comunicação;</li> <li>Estimular as funções mentais/cognitivas (memória, atenção, linguagem, orientação, cálculo);</li> </ul>	-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta.	-Mesas; -Cadeiras; -Jornais; -Revistas; -Televisão; -Computador. -Imagens; -Figuras Geométricas; -Cartões; -Puzzles e Jogos de estimulação;
	Semanal	X	X	Estimulação Cognitiva, Sensorial e Motora		-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta.	-Imagens; -Figuras Geométricas; -Cartões; -Puzzles e Jogos de estimulação;





## Plano de Atividades Ano 2023

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Troca de receitas; Valorizar capacidades e saberes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Auxiliares de Ação Direta;</li> <li>-Cozinheira;</li> <li>-Ajudante de Cozinha.</li> </ul>	
	Semanal	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar a participação ativa;</li> <li>• Valorizar hábitos e vivências;</li> <li>• Promover a valorização pessoal e espiritual; Expressar a fé.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Diretora Técnica;</li> <li>-Auxiliares de Ação Direta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sistema de Som;</li> <li>-Cadeiras;</li> <li>-Computador;</li> <li>-Terço.</li> </ul>
Área Lúdico-Recreativa	Semanal	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar o espírito de grupo;</li> <li>• Promover momentos de convívio e bem-estar;</li> <li>• Estimular o raciocínio lógico, atenção e concentração.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Diretora Técnica;</li> <li>-Auxiliares de Ação Direta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Jogos;</li> <li>-Mesas;</li> <li>-Cadeiras.</li> </ul>
	Semanal	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular a atenção;</li> <li>• Estimular a concentração e o raciocínio lógico;</li> <li>• Estimular a memória auditiva e visual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Diretora Técnica;</li> <li>-Auxiliares de Ação Direta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Cartões;</li> <li>-Mesas;</li> <li>-Cadeiras.</li> </ul>
	Mensal	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passeios a organizar ao longo do ano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Diretora Técnica;</li> <li>-Auxiliares de Ação Direta.</li> </ul>	
	Semanal	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar a interação social;</li> <li>• Promover hábitos, vivências e costumes;</li> <li>• Promover o envelhecimento ativo.</li> <li>• Estimular a motricidade fina;</li> <li>• Treinar a coordenação ocular-manual;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Diretora Técnica;</li> <li>-Auxiliares de Ação Direta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Material de Desgaste;</li> </ul>



## Plano de Atividades Ano 2023

Área das Expressões							
Semanal	X	X	Expressão Musical	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular a atenção e a concentração;</li> <li>• Desenvolver a criatividade;</li> <li>• Promover o contacto com diferentes materiais e técnicas;</li> <li>• Sensibilizar para a importância da utilização de materiais reciclados.</li> <li>• Fomentar a coesão do grupo;</li> <li>• Promover a interação;</li> <li>• Estimular a atenção e a concentração;</li> <li>• Fomentar o sentido rítmico e melódico;</li> <li>• Proporcionar o convívio e momentos de lazer.</li> </ul>	-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta.	-Sistema de Som.	

## Plano de Atividades Ano 2023

Calendarização:	Resposta Social		Descrição da Atividade:	Objetivos:	Recursos	
	CD	SAD			Humanos:	Materiais:
6 de Janeiro Sexta-feira	X	X	<p><b>Dia de Reis</b></p> <p>Cantar as Janeiras e dar Doces às Crianças do Jardim de Infância.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Receção das Crianças no Exterior da Instituição para cantar as Janeiras;</li> <li>• Estimular o convívio interjeronal;</li> <li>• Promover a Partilha e a troca;</li> <li>• Promover hábitos, vivências e costumes.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica;</p> <p>-Auxiliares de Ação Direta;</p> <p>-Cozinheira;</p> <p>-Ajudante de Cozinha.</p>	<p>-Doces para as crianças;</p> <p>-Broas e frutos secos.</p>
14 de Fevereiro Terça-feira	X	X	<p><b>Dia dos Namorados</b></p> <p>Elaboração de uma carta de amor/poema de amor; Entrega de chocolates; Exposição de mensagens de cariz afetivo na Instituição.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfatizar os vários tipos de amor;</li> <li>• Sensibilizar para a importância do afeto e da partilha;</li> <li>• Promover a possibilidade de distribuir afeto junto dos outros.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica;</p> <p>-Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Material de Desgaste;</p>

## Plano de Atividades Ano 2023

<p><b>21 de Fevereiro</b> <b>Terça-feira</b> (Celebração Segunda-feira anterior)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Carnaval</b></p> <p>Elaborar os disfarces de carnaval; Fazer a Decoração de carnaval; Realização de máscaras; -Realização de um baile de máscaras na Instituição.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular o convívio e momentos de lazer;</li> <li>• Desenvolver o espírito de grupo;</li> <li>• Promover a interação e a comunicação;</li> <li>• Proporcionar momentos de boa disposição e bem-estar.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Material de Desgaste; -Tecidos, Linhas, elásticos, linhas, botões.</p>
<p><b>8 de Março</b> <b>Quarta-feira</b></p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Dia Internacional da Mulher</b></p> <p>Elaboração de uma prenda; Entrega de uma flor.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumento da autoestima;</li> <li>• Contribuir para a valorização da mulher;</li> <li>• Proporcionar momentos de bem-estar.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Material de Desgaste; -Flores.</p>
<p><b>19 de Março</b> <b>Domingo</b> (Celebração Sexta-feira anterior)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Dia do Pai</b></p> <p>Elaboração de uma prenda/recordação.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumento da autoestima;</li> <li>• Contribuir para a valorização da mulher;</li> <li>• Proporcionar momentos de bem-estar.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Material de Desgaste.</p>



## Plano de Atividades Ano 2023

<p><b>9 de Abril</b> <b>Domingo</b> (Celebração quinta-feira anterior)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Páscoa</b> Confeção de Foliars de Páscoa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilhar Tradições e costumes afetos a este dia festivo; Confeção de Foliars.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta; -Cozinheira; -Ajudante de Cozinha.</p>	<p>-Produtos alimentares vários.</p>
<p><b>7 de Abril</b> <b>Sexta-feira</b> (Celebrado segunda-feira seguinte)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Dia Mundial da Saúde</b> -Ação de Sensibilização.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar para a importância dos cuidados de saúde; Promover uma lista dos aspetos de saúde primários.</li> </ul>	<p>-Professor de Ginástica; -Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Computador; -Folhas.</p>
<p><b>25 de Abril</b> <b>Terça-feira</b> (celebrado segunda-feira anterior)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Dia 25 de Abril-Dia da Liberdade</b> -Jogos de perguntas e respostas; -Convidar os utentes a relatar a experiência ou memória que tem do 25 de Abril; -Fazer cravos em papel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilha de memórias; Estimular a memória; Proporcionar momentos de retrospção; Partilha de experiências. Estimular motricidade fina.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Material de Desgaste.</p>

## Plano de Atividades Ano 2023

<p><b>15 de Maio</b> (celebrado sexta-feira anterior)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Dia da Cidade</b></p> <p>-Festejar o dia da Cidade de Caldas da Rainha; - A História de Caldas da Rainha; - A Rainha Dona Leonor; -Visita ao hospital Termal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilha de conhecimentos sobre a história da nossa Cidade;             <ul style="list-style-type: none"> <li>Passeio.</li> </ul> </li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Transporte.</p>
<p><b>18 de Maio</b> Quinta-feira</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Aniversário da ADSFCOTO</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Festejar o 8º aniversário da ADSFCOTO;             <ul style="list-style-type: none"> <li>Cantar os Parabéns;</li> <li>Corte do Bolo;</li> <li>Lanche de convívio;</li> </ul> </li> <li>Proporcionar momentos de diversão, animação e boa disposição.</li> </ul>	<p>-Direção; -Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta; -Cozinheira; -Ajudante de Cozinha.</p>	<p>-Bolo de Aniversário.</p>
<p><b>13 de Junho</b> Terça-feira</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Santos Populares</b></p> <p>Realização de uma sardinhada</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partilha de tradições e costumes a esta época festiva;</li> <li>Fomentar o contacto e a partilha;</li> <li>Proporcionar momentos de diversão, animação e boa disposição;             <ul style="list-style-type: none"> <li>Sardinhada</li> </ul> </li> </ul>	<p>-Direção; -Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta; -Cozinheira; -Ajudante de Cozinha.</p>	<p>-Bens Alimentares vários; -Bebidas, -Sobremesas.</p>



## Plano de Atividades Ano 2023

<p><b>15 de Julho-15 de Agosto</b> (Uma vez por semana)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Época Balnear</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar o gosto pela praia, o convívio com a natureza;</li> <li>• Promover o contacto com a praia e natureza;</li> <li>• Proporcionar o bem-estar e o convívio;             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Idas à praia.</li> </ul> </li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Bens Alimentares vários; -Bebidas, -Combustível; -Carrinha de CD.</p>
<p><b>13 de Setembro</b> Quarta-feira</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Ida a Fátima</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorizar hábitos e vivências;</li> <li>• Mover a valorização pessoal e espiritual;</li> <li>• Expressar a fé.</li> </ul>	<p>-Direção; -Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>-Combustível; -Carrinha de CD.</p>
<p><b>1 de Outubro</b> Domingo (celebrar dia 2, segunda-feira)</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Dia Internacional do Idoso</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tocar uns fados ao vivo;</li> <li>• Promover o convívio;</li> <li>• Promover a Importância dos Direitos dos Idosos;</li> <li>• Lanche de convívio.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta; -Sr. António Janeiro.</p>	<p>-Sistema de Som; -Bens Alimentares vários;</p>
<p><b>31 de Outubro</b> Terça-feira</p>	<p>X</p>	<p>X</p>	<p><b>Halloween</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivência de diferentes hábitos e tradições;</li> <li>• Proporcionar momentos de convívio e boa disposição;</li> <li>• Confeção de bolachas.</li> </ul>	<p>-Diretora Técnica; -Auxiliares de Ação Direta; -Cozinheira; -Ajudante de Cozinha.</p>	<p>-Bens Alimentares.</p>

## Plano de Atividades Ano 2023

<p><b>5 de Novembro</b> <b>Domingo</b> (celebrar segunda-feira)</p>	X	X	<p><b>Dia Mundial do Cinema</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sessão de Cinema;</li> <li>Comer pipocas;</li> <li>Promover a cultura geral e enriquecimento de conhecimentos;</li> <li>Promover momentos de lazer.</li> </ul>	<p>- Diretora Técnica; - Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>- Computador; - TV; - Televisão; - Pipocas.</p>
<p><b>Dezembro</b> De 1 a 24 de Dezembro</p>	X	X	<p><b>O Espírito de Natal</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elaboração da Decoração de Natal;</li> <li>Fazer lembranças de Natal;</li> <li>Promover a motricidade fina;</li> <li>Promover a criatividade e imaginação.</li> </ul>	<p>- Diretora Técnica; - Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>- Material Diverso.</p>
<p>- 20 de Março; - 21 de Junho; - 23 de Setembro; - 21 de Dezembro</p>	X	X	<p><b>As Estações do Ano</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a motricidade fina;</li> <li>Promover a criatividade e imaginação.</li> </ul>	<p>- Diretora Técnica; - Auxiliares de Ação Direta;</p>	<p>- Material Diverso.</p>

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

# Orçamento para o ano de 2023



N

**Orçamento para 2023 – ADSFCOTO**

**NOTA EXPLICATIVA:**

**Compras – para esta rubrica foi considerado um aumento de 15%**

**Fornecimentos e Serviços Externos – para esta rubrica foi considerado um aumento de 15%**

**Gastos com Pessoal – para esta rubrica foi considerado um aumento de 7,8%, aumento estabelecido pelo Estado para o salário mínimo nacional.**

**Proveitos – para todas as rubricas de proveitos foi considerado um aumento de 7,8 %.**

**Coto, 15/11/2022**

**ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL DA FREGUESIA DO COTO**

<b>ORÇAMENTO SINTÉTICO DE PROVEITOS E CUSTOS</b>	
<b>PROVEITOS</b>	<b>2023</b>
Prestação de serviços	129 375,00 €
Proveitos suplementares - quotizações	2 990,00 €
Comparticipações e Subsídios	89 083,00 €
Outros rendimentos e ganhos - Eventos e donativos	2 966,00 €
	0,00 €
<b>TOTAL DOS PROVEITOS</b>	<b>224 414,00 €</b>
<b>CUSTOS</b>	
Compras	46 489,00 €
Fornecimentos e Serviços Externos	35 770,00 €
Custos com Pessoal	159 488,00 €
Custos e Perdas Extraordinárias	0,00 €
Custos e Perdas de Financiamento	0,00 €
<b>TOTAL DOS CUSTOS</b>	<b>241 747,00 €</b>
<b>RESULTADO PREVISIONAL</b>	
<b>Resultado negativo</b>	<b>17 333,00 €</b>

ASSOCIAÇÃO DE DESNVOLVIMENTO SOCIAL DA FREGUESIA DO COTO

ORÇAMENTO DE CUSTOS POR RUBRICAS	
<b>CUSTOS</b>	<b>2023</b>
Compras Produtos alimentares	46 489,00 €
Fornecimentos e Serviços Externos	35 770,00 €
Electricidade	4 405,00 €
Combustíveis-Gasoleo	5 604,00 €
Água	691,00 €
Gás	4 729,00 €
Ferramentas e utensilios Desg. Rápido	1 950,00 €
Material de escritório	569,00 €
Comunicação	499,00 €
Seguros (Viaturas)	1 760,00 €
Limpeza, Higiene e Limpeza	5 763,00 €
Trabalhos especializados	7 042,00 €
Conservação e Reparação	2 213,00 €
Outros Serviços- Diversos	545,00 €
Gastos com Pessoal	159 488,00 €
Remunerações	126 298,00 €
Encargos sobre remunerações	29 996,00 €
Seguros	1 060,00 €
Outros Custos c/pessoal	2 134,00 €
Outros Gastos e perdas	0,00 €
Outras Despesas	0,00 €
	0,00 €
Gastos e Perdas de Financiamento	
Juros e encargos bancários suportados	0,00 €
<b>TOTAL DOS CUSTOS</b>	<b>241 747,00 €</b>

ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL DA FREGUESIA DO COTO

ORÇAMENTO DE PROVEITOS POR RÚBRICA	
PROVEITOS	2023
Prestação de serviços	
Comparticipação de utentes	<b>129 375,00 €</b>
Centro de Dia e apoio domiciliário	129 375,00 €
Proveitos Suplementares	
Festas e eventos	0
Comparticipações e Subsídios	<b>89 083,00 €</b>
Comparticipação do IGFSS	81 565,00 €
Camara Municipal, Junta de Freguesia e IEFP	7 518,00 €
	0,00 €
Proveitos Operacionais	<b>5 956,00 €</b>
Quotizações - Sócios	2 990,00 €
Ofertas de terceiros	2 966,00 €
	0,00 €
<b>TOTAL DOS PROVEITOS</b>	<b>224 414,00 €</b>

Aprovado em reunião de Direção realizada na sede da Associação de Desenvolvimento Social da Freguesia do Coto em 15 de novembro de 2022.

### A Direção

Presidente



Carlos Manuel da Silva Alves Henriques

Vice Presidente



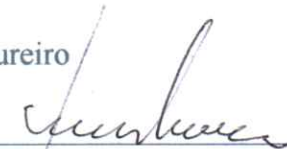
Carlos Oliveira Rodrigues

Secretário



Vasco Manuel Lopes Severiano

Tesoureiro



José António Oliveira Sancheira



## Relatório e Parecer do Conselho Fiscal da Associação de Desenvolvimento Social da Freguesia do Coto

### Plano de Ação e Atividades e Orçamento para o ano de 2023

No dia 15 de novembro de 2022 pelas vinte horas e trinta minutos, reuniu o Conselho Fiscal da Associação de Desenvolvimento Social da Freguesia do Coto (ADSF COTO), na sua sede, para nos termos estatutários, apreciar e dar parecer sobre o Plano de Atividades e Orçamento da ADSFCOTO, para o ano de 2023

Após análise dos documentos elaborados pela direção concluímos que:

1. A proposta da direção processou-se no respeito da Lei e pelos Estatutos.
2. O plano de atividades implementa a estratégia definida pela direção da ADSFCOTO), perspetivando um futuro em que a instituição continua a consolidar-se enquanto estrutura de apoio de solidariedade social.
3. O orçamento está elaborado de forma realista, adequando as despesas necessárias para a implementação do plano de atividades, com as receitas a obter.

#### Parecer

4. Assim e como resultado das informações recebidas e tendo em consideração os documentos elaborados, somos de parecer que deve ser aprovado o plano de atividades e orçamento para o ano de 2023 proposto pela direção.

Coto, 15 de novembro de 2022

O Conselho Fiscal

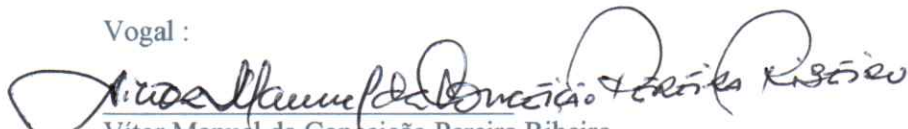
Presidente:

  
José Manuel Enxuto Manique

Vogal:

  
António Fernando Carvalho Martins

Vogal :

  
Vítor Manuel da Conceição Pereira Ribeiro

## Plano de Atividades e Orçamento para o Ano 2023

Aprovado em Assembleia Geral realizada na sede da Associação de Desenvolvimento Social da Freguesia do Coto, em 26 de novembro de 2022.

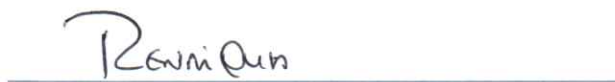
Os membros da Mesa da Assembleia Geral:

**Presidente**



Armindo do Rosário Carvalho

**1ª Secretária**



Rute Alexandra Gonçalves Henriques

**2ª Secretária**



Maria Conceição Mendes Monteiro Moio Pereira