

GRAÇA SÃO FILIPE



PLANO DE AÇÃO

2026



Handwritten notes and signatures in the top right corner, including a blue 'K' and a signature.

Índice

Introdução	2
Lar residencial	5
Plano de Animação para 2026	6
Projeto de Enfermagem para 2026	10
Recursos Humanos	15
Outras atividades de âmbito Institucional	15
A nível interno	15
A nível externo	17
Plano de Investimentos no edificado	17
Orçamento	18
Conclusão	21



Plano de ação e orçamento para o ano de 2026

Introdução

Ao abrigo da alínea I) do artigo 27º dos Estatutos da Graça de São Filipe (GSF) Direção apresenta o Plano de Ação e Orçamento ordinário para o ano de 2026.

O Plano é um documento que orienta as ações a desenvolver, identificando os itens que suportam as atividades da instituição. Nele são delineadas as medidas que, no entendimento da presente Direção eleita em dezembro do ano passado, garantem a qualidade dos serviços prestados e o bem-estar dos residentes e colaboradores no cumprimento dos propósitos sociais da nossa associação.

Prevê-se que as despesas aumentem bastante devido aos encargos com a atualização obrigatória legal dos vencimentos, designadamente do ordenado mínimo nacional e também a compensação da inflação que ocorra.

No âmbito das 26 vagas do acordo com a segurança social, o valor pago pela maioria dos residentes acrescido do valor da comparticipação da segurança social, não atinge o custo real por utente.



Handwritten signature and initials in blue ink.

Esta Direção levou a cabo a revisão do Regulamento Interno, de acordo com o Compromisso de Cooperação para o setor social e solidário biénio 2025/2026 alterando o valor do teto máximo de comparticipação para os utentes não inseridos no Acordo de Cooperação com ISS.

Continua a existir um contexto externo agravado e difícil para o recrutamento de colaboradores necessários à Instituição, que substituam os que se reformam, os que saem ou ficam de baixa médica.

Prevê-se que para o ano de 2026, sejam feitas as intervenções técnicas normais e necessárias à manutenção e conservação dos edifícios, suas infraestruturas, equipamentos e instalações, para que a operação e serviços funcionem adequadamente.

Este Plano tem como escopo nas suas atividades, a prossecução de :

- Da qualidade dos serviços de alimentação, de higiene, de saúde e de fruição dos diversos espaços da Instituição;
- Da qualidade das atividades de Animação e de promoção da saúde, constante dos respetivos Plano;
- Do apoio contínuo à Direção Técnica que supervisiona a operação diária;
- Da melhoria e modernização dos serviços administrativos;



- Da qualidade e aprofundamento das relações pessoais;
- Da manutenção e se possível o aumento das parcerias com outras instituições ;
- Contribuição para gestão equilibrada e sustentável do Lar .

O presente plano promove o bem-estar dos seus residentes, quer através das atividades de animação (Ver Cap. “Projeto de Animação”), quer através dos cuidados de saúde que a equipa médica e de enfermagem continuarão a implementar (Ver capítulo “Projeto de Enfermagem”). Ainda, como atrás se referiu, através de todas as demais atividades necessárias e personalizadas, ao bom funcionamento do lar.

Relativamente aos recursos humanos, naturalmente, são asseguradas as formações gerais e específicas, designadamente nos aspetos operacionais e de segurança.

A Direção continua a ter como objetivo, manter as condições de trabalho adequadas à satisfação de todos, designadamente dos seus colaboradores, para que tal se repercuta na excelência que se quer, do serviço aos nossos Utentes.



Procurar-se-á dinamizar o intercâmbio com outras instituições, nomeadamente nos aspetos culturais, confraternizações e visitas externas. Neste âmbito, promover uma vez por mês uma tertúlia cultural com os utentes, centrada em torno de um tema da sua preferência (auscultação através de inquéritos anónimos). Este espaço de tertúlia tem sido assegurado e continuará a ser pelo Prof. Dr. João Gouveia Monteiro (membro suplente da Direção) e sua mulher, Dra. Leonor.

O Orçamento para 2026 permite dar uma previsão das receitas e despesas do Lar, num contexto externo difícil, designadamente nos encargos com recursos humanos, para equilíbrio e sustentabilidade de gestão, de modo a manter-se a qualidade dos serviços prestados.

Naturalmente, continuar-se-á a cuidar das zonas exteriores da Quinta, de modo a que sejam usufruídas pelos nossos Utentes.

Lar residencial

Descrevem-se a seguir, as atividades relativas às ações de Animação, elencadas pelo respetivo setor, bem como a prestação de serviços de Enfermagem, confluentes os dois no objetivo de promover a saúde dos Utentes. Inclui-se a participação essencial de dois médicos, alternando um



Handwritten signature and initials in blue ink.

dia por semana, bem como o serviço de Fisioterapia, essencial para a manutenção e/ou recuperação física e anímica dos Utentes que dela necessitem.

Plano de Animação para 2026

Áreas de Intervenção e Atividades	Objectivos
Diagnóstico e caracterização das necessidades e dos interesses dos residentes - Observação direta e indireta - Conversas informais - Grelha de registo das necessidades cognitivas e motoras	- Auscultar os interesses e as necessidades da população alvo; - Preservar a identidade dos residentes.
Comemoração dos Aniversários dos residentes - Almoço de comemoração dos aniversários - Entrega de Postais de Aniversário	- Comemorar os aniversários.
Continuação das atividades e serviços desenvolvidos - Garantir a qualidade dos serviços	- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida; - Acompanhar os residentes nas suas atividades de vida diária; - Promover o bem-estar, o conforto e a segurança.



Handwritten signature and initials.

Desportivas - Ginástica - Caminhadas (individuais e em grupo) -Fisioterapia Jogos de motricidade - Boccia - Percursos do Jogos de motricidade	- Fomentar a participação activa dos residentes; - Estimular a atividade física; - Criar momentos de convívio e de bem-estar; - Promover a autonomia dos residentes; - Contrariar o sedentarismo inerente a esta população alvo.
Lúdico-recreativas -Tertúlias Culturais, Dr. João Gouveia Monteiro - Aulas de música - Teatro - Expressão plástica - Ateliers de costura - Jogos de tabuleiro - Sessões de cinema e Teatro - Projeção de fotografias das atividades da Instituição - Saídas ao exterior Ida à praia; Esplanadas; Teatro e Cinema; Visitas a museus; - Saídas ao café com clientes de cadeiras de rodas (café próximo do Lar)	- Valorizar capacidades e saberes; - Criar momentos de convívio e de bem-estar; - Estimular a criatividade e a imaginação; - Promover a autonomia dos residentes; - Desenvolver a motricidade fina; - Incentivar a exploração de várias formas de comunicação e de expressão; - Desenvolver a capacidade de concentração e a memória.
Estimulação Cognitiva e Sensorial	- Estimular o desenvolvimento



Handwritten signature and initials.

- Jogos cognitivos para séniores; - Fichas Cognitivas - Jogos de memória; - Musicoterapia; - Terapia pelos sentidos, Snoezelen - Dinamização de Horticultura nos canteiros acessíveis	cognitivo, a motricidade e as áreas vestibular e proprioceptiva.
Carácter espiritual/religioso - Celebração da Eucaristia; - Adoração ao <i>Santíssimo</i>; - Celebração do Terço; - Dia de Todos os Santos. - Passeio a Fátima	- Promover momentos de oração; - Desenvolver o lado espiritual e religioso. - Manter o culto religioso
Dias Festivos Comemoração do Aniversário Graça São Filipe - Dia de Reis - Dia dos Afetos - Carnaval - Dia Internacional da Mulher - Dia de São José - Início da Primavera - Dia Mundial da Árvore - Dia Mundial do Teatro - Dia Mundial da Saúde - Dia Internacional da Dança	- Todas as atividades planeadas estão sempre sujeitas a alterações. Poderão ser canceladas, readaptadas ou até surgir novas atividades.



- Páscoa - Santos Populares - Verão - Dia da Rainha Santa Isabel - Outono - Dia Internacional do Idoso - Dia Mundial da Alimentação - Dia das Bruxas - Magusto - Dia de Nossa Senhora da Conceição - Início do Inverno - Festa de Natal - Natal - Fim de Ano	
--	--

Observação: Na pasta de Animação 2026 encontra-se um plano mais completo, que pode ser consultado. Como se trata de um plano, este é suscetível de ser alterado.



Projeto de Enfermagem para 2026

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas Lar Graça de S. Filipe, tem por objetivo fundamental proporcionar habitação ao idoso, com respeito pela sua autonomia, assegurando a satisfação das suas necessidades básicas, contribuindo para um retardamento do processo de envelhecimento e favorecendo também o relacionamento do idoso para com a comunidade em geral. Preconiza-se um programa de cuidados de Enfermagem eficaz e adequada gestão dos recursos, para obtenção de serviços de qualidade destinados aos utentes e suas famílias.

Tem como objetivos gerais:

- Prestar os apoios necessários às famílias dos idosos, no sentido de preservar e fortalecer os laços familiares.
- Contribuir para uma velhice estável, confortável e condigna, permitindo uma vida com maior estabilidade e segurança afetiva
- Proporcionar ao idoso oportunidades para exprimir e desenvolver, individual e coletivamente, as suas capacidades laborais, intelectuais, de comunicação, de criação e de relacionamento humano.
- Despistar problemas de saúde, procedendo ao seu encaminhamento para técnicos de saúde especializados.

A enfermagem é um pilar importante nas valências da Graça de S. Filipe,



os enfermeiros garantem os cuidados de saúde diretos ao utente, assegurando a melhoria e manutenção do seu bem-estar holístico, exercendo funções desde a prestação de cuidados de excelência como: formação das equipas de enfermagem; organização; gestão; articulação, no apoio e acompanhamento dos residentes e familiares com uma atitude proactiva na desmistificação do processo de envelhecimento.

Prevalece uma monitorização cuidada do risco de quedas e da prevalência do número de úlceras de pressão que permitirá uma intervenção precoce, diminuindo a agudização das patologias, o número de episódios de idas à urgência hospitalar/ internamentos hospitalares o que se traduzirá por ganhos efetivos para todos: SNS, ERPI, idosos e suas famílias.

Consequentemente, a equipa de enfermagem irá investir na formação dos seus colaboradores de ação direta ao utente, relativamente à prestação de cuidados/prevenção na prevenção de úlceras por pressão e quedas, hábitos de higiene, hábitos alimentares, mobilidade/qualidade de vida e formas de atuação.

Reuniões periódicas mensais com as colaboradoras do apoio ao idoso: ajudantes de lar e trabalhadoras de serviços gerais, de maneira a perceber quais as necessidades expressas e sentidas do público-alvo.



A Enfermagem vai continuar a:

- Manter cuidados inerentes às necessidades dos nossos residentes
- Aplicar escalas de Barthel, Braden, Morse e Índice de Katz a todos os residentes
- Classificar a população residente segundo os graus de dependência
- Planear, calendarizar e supervisionar cuidados de saúde – ao nível da Higiene, Mudanças de fralda, posicionamentos e Hidratação
- Afixar os planos e supervisionar a sua execução
- Elaborar planos de cuidados individualizados visando um completo bem-estar físico mental e psíquico do nosso residente, com base na aplicação de escalas referidas e diagnósticos de situação.
- Manter vigilância e apoio nas consultas, bem como articulação com os serviços de saúde no sentido de minimizar ausências e deslocações desnecessárias ao exterior (ex. Centros de saúde e hospitais)
- Promover e ajustar uma dieta equilibrada/adequada
- Vigiar sinais vitais;
- Realizar tratamentos a feridas e adotar medidas corretivas e preventivas
- Assegurar sono e repouso adequado através dos mecanismos farmacológicos e não farmacológicos ao dispor
- Promover a saúde - Cumprir o programa nacional de vacinação, e manter-se atualizado em relação às novas realidades



Handwritten signature in blue ink.

- Identificar grupos de risco (diabéticos, hipertensos, ostomizados e pessoas com défices cognitivos) estabelecendo medidas preventivas
- Manter e gerir stock de medicação - bem como controlo de faturação dos mesmos
- Participar ativamente na gestão dos recursos humanos.

Enfermeiro coordenador, deve estar atento aos seguintes aspetos:

- Reforçar os programas de educação para a saúde, através de ações de formação e sensibilização, de colaboradores e residentes na estratégia das precauções básicas de controlo de infeções. (Higiene das mãos; Etiqueta respiratória, etc)
- Estar atenta a sinais de alarme de todos, supervisionando a aplicação dos protocolos estabelecidos
- Estabelecer isolamentos profiláticos a residentes e colaboradores sempre que a situação o exija
- Zelar pelo cumprimento, das medidas preventivas á transmissão de infeções em geral
- Manter e gerir stocks de EPI's (Equipamentos de Proteção Individual)
- Supervisionar o uso adequado das EPI's



- Apoiar residentes, família e conviventes significativos, no sentido de minimizar as consequências negativas do isolamento e afastamento a manutenção dos laços familiares, ainda que à distância e, assim, tentar-se achatar também a curva da solidão.
- Incentivar e proporcionar visitas presenciais, respeitando as regras impostas pela DGS, sempre que a situação o exija

E ainda manter um papel preponderante, na elaboração de:

- Formação e educação em saúde de colaboradores e residentes
- Escolha, aquisição, gestão e utilização de EPIs
- Gestão e organização de Equipas (Médicas, Enfermagem, Auxiliares de Ação Direta e restantes colaboradores)
- Elaboração de circuitos e protocolos
- Planos de vacinação e reforços do mesmo
- Organização/Integração da equipa médica, melhorando sistema de registos

Queremos continuar a nortear os cuidados de enfermagem pela promoção dos projetos de saúde que cada pessoa vive e persegue, considerando que o cuidado de enfermagem “deve estar atento às atuais necessidades de saúde, dos indivíduos, família e comunidade, em ambientes complexos em constante mudança e interação”.



[Handwritten signature]

Recursos Humanos

A Direção, em estrita colaboração com a Diretora Técnica, empenhar-se-á em procurar garantir um número e qualidade adequados de colaboradores/as para assegurar os serviços prestados pela instituição, mesmo diante das dificuldades encontradas no recrutamento de profissionais que possuam as competências exigidas pela função, nomeadamente numa conjuntura de recrutamento bastante complexa geral no país . Dedicará especial atenção ao fortalecimento das relações humanas, visando prevenir conflitos e promover um ambiente de trabalho harmonioso e satisfatório para trabalhadores/as e residentes.

Será assegurada a formação obrigatória, bem como outras ações formativas conforme as necessidades identificadas, recorrendo, sempre que possível, aos colaboradores da instituição que possuam as competências adequadas para a sua realização.

Outras atividades de âmbito Institucional

A nível interno



[Handwritten signature and initials]

- Dar continuidade à promoção da adesão de novos associados, estabelecendo como meta a captação de, pelo menos, 30 novos membros.
- Realizar as obras necessárias à conservação das instalações, complementando o investimento previsto no “Plano de Investimentos”, com o intuito de preservar a qualidade dos espaços e equipamentos.
- Avaliar continuamente a qualidade dos serviços e produtos oferecidos, controlar as despesas e promover a eficiência energética, visando otimizar os recursos disponíveis.
- Organizar o plano de visitas, de forma a fortalecer o convívio entre os residentes, as suas famílias e amigos.
- Assegurar a comunicação transparente sobre a vida da associação aos seus associados, tanto em assembleias gerais como por outros meios considerados adequados, com o propósito de defender os interesses dos associados e fomentar o desenvolvimento institucional.
- Zelar pela manutenção e melhoria dos espaços verdes, garantindo acessibilidade e qualidade em todos os percursos.
- Dar continuidade e apoio aos Parceiros na exploração da horta, cultivando produtos agrícolas de maior consumo, dentro de práticas de agricultura sustentável, com o objetivo de produzir mantimentos de qualidade destinados ao consumo interno.



- Manter a produção de frutas, assegurando a limpeza e o tratamento adequado das árvores, privilegiando variedades que não exijam tratamentos fitossanitários agressivos, de modo a preservar uma produção saudável e equilibrada.

A nível externo

Retomar as atividades externas, com o objetivo de uma maior sociabilização compatível e ajustada às capacidades e expectativas de cada utente:

- Promover intercâmbios, visitas e convívios entre os residentes da graça de são filipe e uma ou mais instituições que partilhem o mesmo objeto social;
- Acolher estágios da Escola Superior de Enfermagem;
- E outras colaborações que venham a ser estabelecidas.

Plano de Investimentos no edificado

1. Obras de substituição e beneficiação do telhado da zona leste, onde se localizam os quartos 22 a 27 e que transitam do ano anterior, uma vez que por intervenção pontual, foi resolvida provisoriamente,



em 2025, a infiltração de água de chuva que ocorria. Valor da estimativa orçamental: 30.000 € +IVA

2. Obras de pintura para conservação do muro e fachada sul do edifício antigo, incluindo as fachadas da capela.

3. Valor da estimativa orçamental: 9.000 € +IVA

Orçamento

A evolução favorável da situação económica e financeira da Graça São Filipe continua a evidenciar-se, mantendo a trajetória positiva. Este desempenho merece destaque, pois confirma a consistência da gestão e a estabilidade da instituição.

Contudo, a preparação do Orçamento para 2026 não poderia ignorar o contexto desafiante que caracteriza o cenário atual. A recente crise política e económica, a instabilidade geoestratégica e os conflitos em curso na Europa (Ucrânia) e no Médio Oriente introduzem um elevado grau de incerteza, que se reflete inevitavelmente nas projeções para o próximo exercício.

A elaboração do Orçamento para 2026, que quantifica e valoriza as medidas previstas no presente plano de ação, foi conduzida em estrita



conformidade com as orientações emanadas pela Segurança Social, entidade tutelar das IPSS. A metodologia seguida, em linha com os orçamentos anteriores, compreendeu as seguintes etapas:

- Base de referência: Gastos e Rendimentos constantes do balancete de setembro de 2025, último documento fechado à data do início da elaboração do orçamento.
- Anualização: Projeção dos valores apurados no balancete para o período anual, constituindo a primeira fase do processo.

Ajustamentos: Introdução de alterações fundamentadas nas previsões, intenções e medidas definidas pela Direção para 2026, com especial incidência nas rubricas de Gastos com Pessoal e Depreciações, bem como nos Rendimentos provenientes de Prestação de Serviços (comparticipações dos utentes e familiares).

A análise comparativa desta conta previsional de exploração é evidenciada através do quadro que apresenta os valores orçamentados para 2025 e 2026, em confronto com os resultados efetivos dos exercícios de 2022, 2023 e 2024.

Handwritten signature



Graça de São Filipe- Plano de Ação e Orçamento 2026

Execução Real 2022	Execução Real 2023	Execução Real 2024	Rendimentos	Orçamento 2025	Orçamento 2026	Variação 2026-2025 (€)	Variação 2026-2025 (%)
757 864.96 €	866 587.00 €	958 040.35 €	PRESTACOES DE SERVICOS	1 040 744.06 €	1 327 730.00 €	286 985.94 €	21.61%
171 763.67 €	257 283.78 €	186 591.22 €	SUBSIDIOS A EXPLORACAO	183 920.00 €	0.00 €	-183 920.00 €	#DIV/0!
50 182.17 €	48 082.60 €	43 060.87 €	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	62 710.00 €	57 720.00 €	-4 990.00 €	-8.65%
57.17 €	864.00 €	1 940.75 €	JUROS E OUTROS RENDIMENTOS SIMILARES	1 190.00 €	430.00 €	-760.00 €	-176.74%
979 867.97 €	1 172 817.38 €	1 189 633.19 €	TOTAL DOS RENDIMENTOS	1 288 564.06 €	1 385 880.00 €	97 315.94 €	7.02%
Execução Real 2022	Execução Real 2023	Execução Real 2024	Gastos	Orçamento 2024	Orçamento 2026	Variação 2026-2025 (€)	Variação 2026-2025 (%)
125 238.66 €	155 591.83 €	167 544.07 €	CMVMC	181 700.00 €	182 090.00 €	390.00 €	0.21%
209 583.85 €	229 432.27 €	235 549.85 €	FORNECIMENTOS E SERVICOS EXTERNOS	235 890.00 €	258 390.00 €	22 500.00 €	8.71%
537 992.74 €	611 994.11 €	772 498.02 €	GASTOS COM O PESSOAL	763 170.00 €	840 740.00 €	77 570.00 €	9.23%
89 256.80 €	76 216.43 €	77 490.24 €	GASTOS DE DEPRECIACAO	104 270.00 €	88 240.00 €	-16 030.00 €	-18.17%
2 351.55 €	2 033.99 €	330.52 €	OUTROS GASTOS E PERDAS	80.00 €	5 790.00 €	5 710.00 €	98.62%
2 801.90 €	12 762.02 €	16 732.02 €	GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO	5 610.00 €	5 830.00 €	220.00 €	0.00%
967 225.50 €	1 088 030.65 €	1 270 144.72 €	TOTAL DOS GASTOS	1 290 720.00 €	1 381 080.00 €	90 360.00 €	6.54%
12 642.47 €	84 786.73 €	-80 511.53 €	RESULTADOS	-2 155.94 €	4 800.00 €	6 955.94 €	144.92%
101 899.27 €	161 003.16 €	-3 021.29 €	MEIOS LIBERTOS	102 114.06 €	93 040.00 €	-9 074.06 €	-9.75%



Conclusão

Expostos os principais objetivos da atividade para 2026, a Direção propõe-se continuar a acompanhar e a apoiar a qualidade dos serviços prestados na Graça de São Filipe, reconhecendo e valorizando o trabalho e a

dedicação de todos os que colaboram diariamente para o bom funcionamento da instituição, nomeadamente os funcionários do quadro de recursos humanos desde a Direção Técnica, percorrendo todos os que dele fazem parte incluindo os serviços prestados pelos Médicos, Enfermeiros e Fisioterapeuta.

Relevante é também a aula semanal de música dada pelo Prof. Avelino Correia que em muito contribui para a estimulação e bem estar dos residentes.

Esta não é uma tarefa rotineira, constante ou previsível. Como todos sabemos, e especialmente os nossos residentes, nenhum dia é igual ao outro, sendo cada um preenchido por pequenos ou grandes desafios que precisam de ser resolvidos, superados e continuamente melhorados.

A Direção conta com todos, Associados, Colaboradores, Prestadores de Serviços, Fornecedores, Órgão Sociais e Instituições da Tutela, para uma gestão humanizada e sustentável da nossa ERPI - Estrutura Residencial Para Idosos.

Bencanta, 19 Novembro de 2026



A Direção

Presidente

Vice-Presidente

Secretário

Tesoureiro

Vogal