



## RELATÓRIO DE ATIVIDADES E CONTAS ANO 2025





## **ÍNDICE**

- 1. Identificação da Instituição e das Respostas Sociais**
- 2. Introdução**
- 3. Política Institucional**
- 4. Respostas Sociais**
- 5. Recursos Humanos e Formação**
- 6. Outros Apoios e Parcerias**
- 7. Atividades Desenvolvidas ao Longo do Ano de 2025**
- 8. Manutenção e Aquisição de Equipamentos**
- 9. Projetos em Curso e Perspetivas Futuras**
- 10. Conclusão**



### Identificação da Instituição e das Respostas Sociais

Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Pinhal dos Frades

**Sede:**

Rua Mário Lopes Domingos, n.º 51 A

Pinhal dos Frades

2840-344 Seixal

**Presidente da Direção**

António Cruz

**Direção Técnica**

Dr.ª Ana Gaspar

**Identificação das Respostas Sociais**

Centro de Dia - CD

Serviço de Apoio Domiciliário - SAD

**Contatos:**

Telef.: 212243964

Telé.: 937686616

**Emails:**

[geral@arpipf.pt](mailto:geral@arpipf.pt)

[secretaria@arpipf.pt](mailto:secretaria@arpipf.pt)

**Website:** [www.arpipf.pt](http://www.arpipf.pt)

Instituição Particular de Solidariedade Social, registada na Direção Geral da  
Segurança Social, desde 17/03/1993, sobre o n.º 35/93. Pessoa coletiva de  
Utilidade Pública.



## 1. Introdução

O presente Relatório de Contas e de Atividades tem por objetivo proceder à avaliação das atividades desenvolvidas ao longo do ano de 2025 pela Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Pinhal dos Frades (ARPIPF), tendo em consideração as respostas sociais que promoveu, designadamente o Centro de Dia e o Serviço de Apoio Domiciliário.

Para além de constituir uma reflexão sobre a intervenção desenvolvida pela instituição, o presente documento pretende evidenciar os resultados alcançados durante o exercício de 2025. Num contexto cada vez mais exigente e desafiante, tem-se revelado fundamental assegurar o equilíbrio financeiro e a qualidade dos serviços prestados, mantendo plena consciência da importância da Associação no apoio a uma população progressivamente mais idosa e dependente.

Relativamente às contas de gerência do ano de 2025, verifica-se um equilíbrio entre os encargos suportados ao longo do exercício e as receitas obtidas.

Nos termos da lei e em conformidade com os Estatutos da ARPIPF, a Direção submete à apreciação, discussão e votação da Assembleia Geral o presente Relatório, o qual, de acordo com o disposto na alínea b) do artigo 42.º, se faz acompanhar do respetivo Parecer do Conselho Fiscal.

## 2. Política

A ARPIPF tem como **missão** apoiar todos os Utentes, com especial atenção aos idosos mais desfavorecidos, independentemente da sua raça, religião, classe social ou cultura.

Os seus **valores** baseiam-se na promoção da qualidade de vida dos Utentes, tendo em conta as suas necessidades ao nível biológico, psicológico, social e espiritual. A instituição valoriza também a relação humana, tratando cada Utente como único e respeitando a sua autonomia, privacidade, individualidade e dignidade.



A **visão** da ARPIPF passa por melhorar continuamente os serviços prestados, de forma a garantir o bem-estar dos Utentes.

Através das respostas sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, a instituição assegura serviços como alimentação, higiene pessoal, tratamento de roupa, higiene da habitação e apoio em diversas tarefas do dia a dia. Promove ainda a participação dos Utentes em atividades socioculturais, incentivando o convívio e o envelhecimento ativo.

A ARPIPF compromete-se a prestar um serviço de qualidade, atuando de forma responsável e procurando melhorar continuamente, tendo sempre em conta a satisfação dos Utentes e das suas famílias.

## **4 – Respostas Sociais**

### **4.1- Centro de Dia**

#### **4.1 – Centro de Dia**

O Centro de Dia constitui uma resposta social orientada para a promoção da qualidade de vida das pessoas idosas, através da prestação de cuidados e serviços que contribuem para a satisfação das necessidades básicas, terapêuticas e socioculturais, favorecendo simultaneamente a manutenção dos utentes no seu meio familiar e comunitário.

#### **Horário de funcionamento:**

De segunda a sexta-feira, das 08h30 às 17h00.

#### **Objetivos estratégicos:**

- Promover o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas idosas;
- Prevenir situações de isolamento social e de dependência;
- Estimular a participação ativa e a integração social dos utentes;
- Contribuir para a permanência dos utentes no seu domicílio, sempre que possível.



No decurso do ano de 2025, não se registaram listas de espera, evidenciando-se a capacidade de resposta da instituição face às solicitações. Foram admitidos 19 novos utentes, tendo sido assegurados todos os procedimentos de acolhimento e integração, bem como a monitorização contínua dos respetivos processos individuais.

A frequência média mensal situou-se em 54 utentes, refletindo uma taxa de ocupação estável ao longo do período em análise.

Relativamente às saídas verificadas, constatou-se que a principal causa esteve associada ao agravamento do estado de saúde dos utentes, conforme evidenciado na respetiva tabela e gráfico de suporte.

---

#### **4.2 – Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)**

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) constitui uma resposta social de proximidade, destinada à prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, dirigidos a indivíduos e famílias em situação de dependência física e/ou psíquica, que não disponham de autonomia suficiente para a satisfação das suas necessidades básicas.

A instituição dispõe de acordo de cooperação com a Segurança Social para 37 utentes, tendo, no ano de 2025, sido acompanhada uma média de 40 utentes, o que demonstra uma elevada procura e capacidade de ajustamento da resposta às necessidades identificadas.

#### **Horário de funcionamento:**

De segunda a sábado, das 08h30 às 17h00.

Os serviços prestados incluem, designadamente:

- Apoio na alimentação;
- Higiene pessoal;
- Tratamento de roupas;



- Higiene habitacional;
- Apoio na gestão da medicação;
- Acompanhamento ao exterior (nomeadamente farmácia, centro de saúde, realização de exames e outras diligências).

Durante o período em análise, não se verificaram inscrições pendentes, tendo sido admitidos 21 novos utentes, com a realização dos respetivos processos de acolhimento e integração.

## 5. Formação

No decorrer do ano de 2025, a instituição promoveu e assegurou a participação das funcionárias em diversas ações de formação, com o objetivo de reforçar competências técnicas e comportamentais, contribuindo para a melhoria contínua da qualidade dos serviços prestados.

As ações de formação realizadas foram as seguintes:

- **Liderança e Motivação de Equipas**, com a participação de 5 funcionárias;
- **Ação de Esclarecimento sobre o Regulamento Geral de Proteção de Dados**, com a participação de 2 funcionárias;
- **Trabalho de Equipa**, com a participação de 14 funcionárias;
- **Boas Práticas de Segurança Alimentar – Restauração**, com a participação de 7 funcionárias;
- **Apoio ao Luto**, com a participação de 6 funcionárias;
- **Cuidar com C Maiúsculo**, com a participação de 3 funcionárias;
- **Postura Comportamental**, com a participação de 13 funcionárias;
- **Noções Básicas de Primeiros Socorros**, com a participação de 13 funcionárias;



- **Segurança e Higiene no Trabalho – Posicionamento e Movimentação de Cargas**, com a participação de 6 funcionárias.

Estas iniciativas formativas revelaram-se fundamentais para a valorização profissional dos recursos humanos, promovendo práticas de trabalho mais qualificadas, seguras e alinhadas com as exigências das respostas sociais desenvolvidas pela instituição.

## **6. Outros Apoios**

Durante o ano de 2025, a instituição continuou a beneficiar de apoios relevantes por parte de entidades externas, destaca-se, neste âmbito, o apoio do Banco Alimentar Contra a Fome de Setúbal, do Banco de Bens Doados, Entrajuda e do Modelo Continente, através de donativos e fornecimento de bens essenciais.

Estes contributos contribuíram para a sustentabilidade das respostas sociais desenvolvidas, permitindo apoiar de forma mais eficaz os utentes e responder às suas necessidades de forma contínua e adequada.

## **7. Descrição das Atividades Desenvolvidas ao Longo do Ano de 2025**

– Atividades de Animação Sociocultural:

No âmbito do Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural, foram desenvolvidas diversas iniciativas dirigidas aos utentes do Centro de Dia, com o objetivo de promover o envelhecimento ativo, o bem-estar global, a estimulação cognitiva e o reforço das relações interpessoais.

As atividades implementadas tiveram igualmente como finalidade potenciar a autonomia, incentivar a participação ativa dos utentes e contribuir para a sua integração social, proporcionando momentos de convívio, aprendizagem e partilha de experiências.



Neste contexto, destacam-se as seguintes atividades regulares:

- Sessões de bingo, promovendo o convívio e a estimulação cognitiva;
- Caminhadas orientadas, incentivando a mobilidade e a atividade física;
- Ginástica adaptada, adequada às capacidades funcionais dos utentes;
- Jogos de estimulação cognitiva;
- Comemoração de datas festivas e estações do ano, nomeadamente o Dia Internacional da Mulher, a Páscoa, o 25 de Abril e o Natal, através da realização de trabalhos manuais alusivos às temáticas;
- Atelier de culinária, fomentando a autonomia e a partilha de saberes;
- Dinâmica “História do Dia”, promovendo a comunicação e a valorização das vivências pessoais;
- Ação “Prevenir é o melhor remédio”, com monitorização de parâmetros de saúde, designadamente medição da tensão arterial e dos níveis de oxigenação;
- Prática de bóccia, incluindo a participação em torneios municipais, promovendo o espírito de equipa e a inclusão.

Para além das atividades supramencionadas, foram ainda desenvolvidas outras iniciativas previstas no Plano de Atividades Socioculturais para o ano de 2025, bem como ações não inicialmente planeadas, decorrentes de convites e parcerias estabelecidas ao longo do ano, contribuindo para a diversificação da oferta e para o enriquecimento das experiências proporcionadas aos utentes.

### **Fevereiro**

Dia 18 – Visita da Brigada Solidarius;

Dia 19 – Peça de Teatro, “A Minha Escola” para os utentes de Centro de Dia;



Dia 27 – Tarde Musical com o Grupo “Os Alegres”, para os utentes de Centro de Dia;

### **Março**

Dia 3 – Baile de Carnaval, para utentes e sócios;

Dia 10 – Atuação da Tuna da Universidade Sénior, no âmbito das comemorações do dia da Mulher, para utentes e sócios;

### **Abril**

Dia 2- Atuação de Danças Populares da Universidade Sénior, para utentes e sócios;

### **Maio**

Dia 7 – Recolha de Medicamentos na farmácia de Pinhal dos Frades no âmbito do Banco Farmacêutico;

Dia 16 – Encontro de Grupos Corais na SFUA com a participação de 11 Utentes do Centro Dia;

Dia 24 – Comemoração do 35º Aniversário da ARPIPF;

Dia 28 – Participação da Instituição no evento da CMS “Ementas Saudáveis”;

### **Junho**

Dia 5 – Apresentação do Hoquei Footbal por 1 aluno do 12º ano, da Escola Alfredo Reis da Silveira para todos os utentes do Centro de Dia que nela quiseram participar;

Dia 17 –Almoço inserido nas Comemorações do Dia Municipal das Pessoas Idosas, organizado pela CMS para 49 participates entre Direção e Utentes do Centro de Dia;

Dia 18 – Visita á Biblioteca do Seixal para 12 Utentes do Centro de Dia;

Dia 28 – Passeio Cultural com destino a Tomar, para sócios e utentes;



### **Julho**

Dia 07 – Comemoração do Dia do Chocolate com a colaboração da Panificadora Mestre Lopes;

Dia 10 – Visita de 18 Utentes do Cento de Dia á Telepizza de Arrentela;

Dia 09 – Aula Aberta de Chi Kung e de Tai Chi, para utentes e sócios;

### **Setembro**

Dia 13 – Passeio Cultural com destino á Nazaré, para utentes e sócios;

### **Outubro**

Dia 1 – No Ambito do Dia Internacional do Idoso, no período da manhã recebemos o Grupo “*Conto Contigo*” do Centro Comunitária de Arrentela, e da parte da tarde tivemos a atuação do Grupo Coral “*Laços de Ternura*”, para os utentes e sócios;

Dia 4 – Passeio Cultural com destino a Fátima para sócios e utentes ;

Dia 7 – Aula Aberta de Tai Chi e Chikung, para sócios e utentes do Centro de Dia;

Dia 16 – Aula Aberta de Yoga (Adaptada), para sócios e utentes do Centro de Dia;

Dia 17 – Tarde de animação com a Fadista Lina Almeida acompanhada pelo Grupo “Los Cotas”, para utentes e sócios;

Dia 21 – Tarde Cultural com o Grupo Alentejano Asstas, para utentes e sócios;

Dia 23 – Passeio do Bote Fragata – Baía do Seixal, utentes Centro de Dia;

Dia 31 – Baile de Encerramento do Mês do Idoso;

### **Novembro**

Dia 11 – Comemoração do dia de São Martinho;

Dia 14 – Aniversário do Grupo Coral e Instrumental “Laços de Ternura”;

### **Dezembro**

Dia 18 – Festa de Natal da ARPIPF;

Dia 31 – Passagem de Ano para Sócios e Utentes;



### Outras Iniciativas:

Continuamos o protocolo com o Centro de Solidariedade Social de Pinhal dos Frades a continuação das aulas de Ginástica de Manutenção // Gerontomotricidade, que devido às limitações de espaço físico, foi elaborado um protocolo desde Novembro de 2021, que nos cedeu sala para possibilitar a prática desta modalidade.

A Hidroginástica, uma vez por semana Piscina Municipal de Paio Pires com o apoio da Câmara Municipal do Seixal, com a participação de 25 Sócios.

## 8. Manutenção / Aquisição de Equipamento

**Ao longo do ano de 2025 foram realizados alguns melhoramentos e foi adquirido material variado dos quais destacamos os seguintes artigos:**

MÊS	ARTIGO	VALOR
Janeiro	Trabalhos de eletricidade e pintura na Secretaria e Gabinete Social (2ª fase)	1.325,00 €
Janeiro	Bastidor e cabos de ligação para os Gabinetes	1.787,01 €
Fevereiro	Loiça e Talheres para Refeitório e Buffet	73,50 €
Março	Máquina Lavar Loiça para Cozinha	2.275,50 €
Março	T-shirts (Direção; Voluntários; Bóccia e Funcionárias)	730,62 €
Abril	1 Impressora para a Secretaria	205,40 €
Maior	1 Picadora; 1 Ferro a Vapor e 1 Varinha	109,98 €
Julho	Ventoinhas	49,98 €
Dezembro	Centrifugador para o Centro dia	86,99 €
Dezembro	Casacos Polares e T-shirts para as Funcionárias	685,73 €
Dezembro	Personalização logotipo bolso Batas Funcionárias	106,95 €

**Total de Equipamento mais relevante adquirido em 2025: 7.436,66€.**



### **9. Projetos Futuros:**

No dia 12 de setembro de 2025, realizou-se a apresentação pública do Projeto da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

Este momento revestiu-se de particular relevância institucional e simbólica, visando reforçar as respostas sociais dirigida à população idosa e para a comunidade envolvente.

A concretização deste projeto conta com o apoio da Câmara Municipal do Seixal, enquanto entidade financiadora, cujo contributo se revela ser determinante para a sua implementação.

### **10. Conclusão**

No ano de 2025 mantiveram-se desafios significativos, dificuldades e constrangimentos, exigindo uma reflexão constante face ao contexto socioeconómico atual. Foi, acima de tudo, um ano em que procurámos desenvolver um percurso equilibrado, orientado para a melhoria contínua das condições de vida dos nossos utentes. Confrontámo-nos com um aumento generalizado dos preços, decorrente de um contexto inflacionista que condicionou a nossa capacidade de atuação e gestão. Ainda assim, consideramos que, de um modo geral, a execução do Plano de Atividades foi concretizada com resultados positivos.

Destacamos, de forma particularmente relevante, o espírito de união, dedicação e esforço de equipa de todos os colaboradores e membros que integram a nossa Instituição, cujo empenho foi determinante para o cumprimento dos objetivos definidos.

A Direção expressa o seu agradecimento a todos aqueles que, de qualquer forma, colaboraram e contribuíram para a prossecução da missão desta Associação.



**Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de  
Pinhal dos Frades**

**Março // 2026**

**(A Direção)**

**Presidente** (António Joaquim Santos Cruz): António Joaquim Santos Cruz

**Vice-Presidente** (Manuel Xavier Gomes da Silva): Manuel Xavier Gomes da Silva

**Tesoureiro** (David Pinto): David Pinto