

*CM
G. M.
Sávio*

Plano de Ação e Orçamento



Ano 2026

Índice



1 - Nota prévia

2 - Identificação da Instituição

3- Organograma

4 - Respostas Sociais

5 - Princípios de Ação

6 - Objetivos Estratégicos

7 – Instalações

8 – Atividades Culturais e Recreativas

9 - Agradecimentos



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Mário Lopes Domingos', with the number '3' written above it.

1 - Nota prévia

Este plano de ação tem como objetivo estabelecer as etapas necessárias para alcançar os objetivos propostos de forma organizada, eficiente e mensurável. Através da definição de metas claras, prazos, responsáveis e recursos necessários, buscamos garantir o sucesso das atividades planejadas, promovendo melhoria contínua e resultados concretos.

O Plano de Ação apresenta uma breve caracterização da instituição e das respostas sociais e atividades desenvolvidas, focando os objetivos estratégicos da associação e dos seus serviços, a planificação de atividades e os recursos humanos envolvidos.

No Orçamento apresentamos a previsão de resultados, investimentos e depreciações para o próximo ano.



2 - Identificação da Instituição

Denominação Social: 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

NIF: 502 619 813

NISS: 20004322280

Constituição: 24 de Maio de 1990

Respostas Sociais:

Serviço de Apoio Domiciliário (SAD);
Centro de Dia (CD);

Acordos de Cooperação:

Instituto da Segurança Social (ISS) do Centro Distrital de Setúbal;

SAD: 37 Utentes;

CD: 50 Utentes;

Atividade Principal: Atividades de Apoio Social Para Pessoas Idosas sem Alojamento (CAE 88101)

Telefone: 212243964

Telemóvel: 937686616

Email: arpipf@sapo.pt

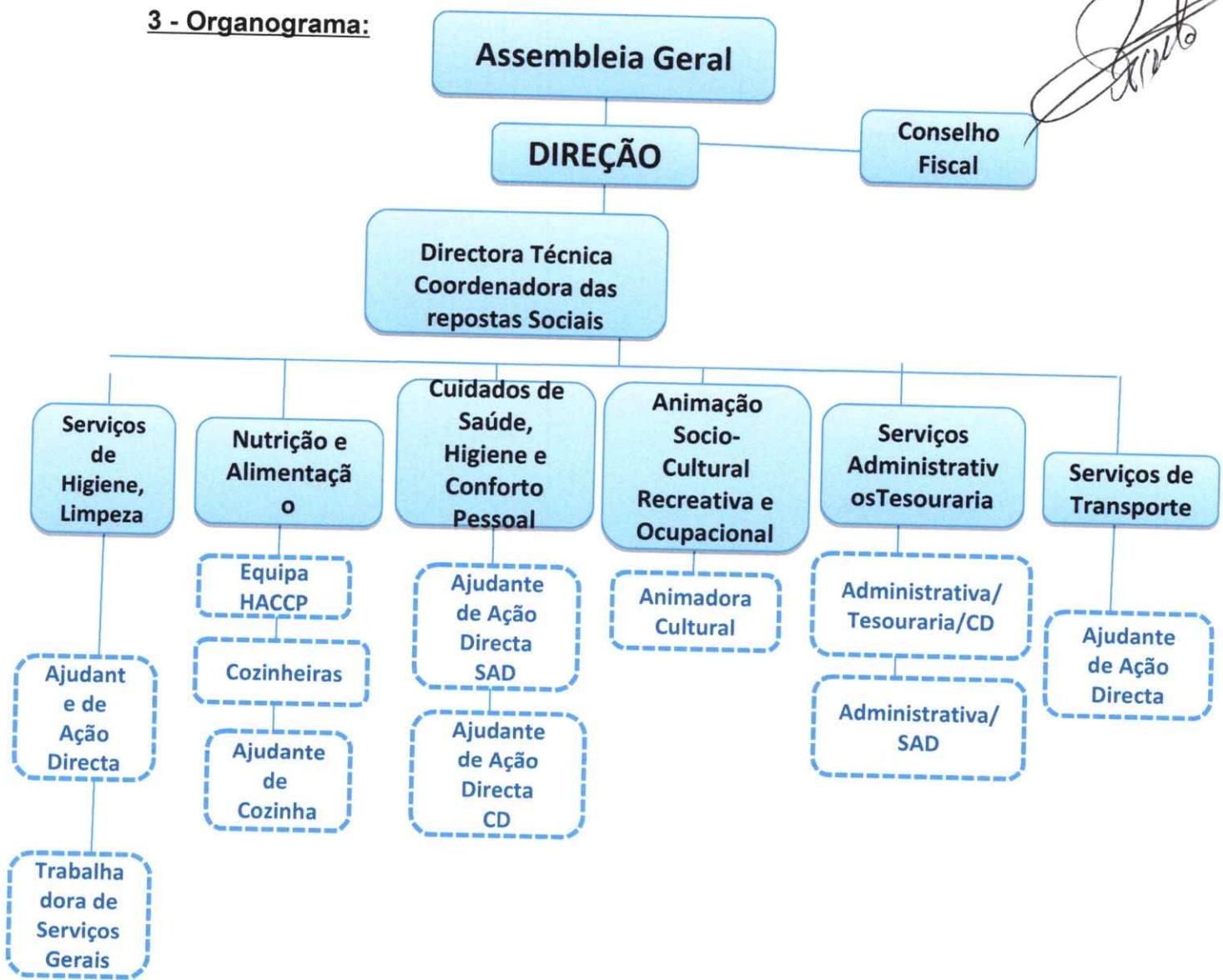
Email: geral@arpipf.pt

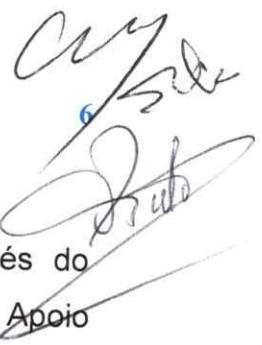
Email: secretaria@arpipf.pt

Email: servicosocial@arpipf.pt

Site: www.arpipf.pt

3 - Organograma:





AJ S de
6
Bento

O principal objetivo da ARPIPF, é o apoio à Terceira Idade, através do funcionamento das Respostas Sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

4- Respostas Sociais

Centro de Dia:

O Centro de Dia é uma resposta social destinada, principalmente, a pessoas idosas que, embora mantenham alguma autonomia, necessitam de apoio durante o dia para realizar atividades básicas ou para combater o isolamento social.

O objetivo principal de um Centro de Dia é promover a qualidade de vida dos utentes e apoiar as famílias ou cuidadores, permitindo que estes possam manter as suas atividades (como o trabalho), enquanto os idosos recebem cuidados adequados durante o dia.

Principais serviços prestados:

- Acompanhamento e apoio nas atividades da vida diária (higiene, alimentação, medicação, etc.)
- Fornecimento de refeições (pequeno almoço, ou lanche e almoço)
- Animação sociocultural e atividades ocupacionais
- Apoio psicossocial
- Transporte

Destinatários:

- Pessoas idosas (normalmente com mais de 65 anos);
- Adultos em situação de dependência (em alguns casos);

Plano de Ação e Orçamento Ano de 2026

7

- Famílias que necessitam de apoio para cuidar dos seus familiares durante o dia.

Esta Resposta Social apresenta acordo de cooperação no Serviço de Centro de Dia para 50 Utentes, tendo uma capacidade em extra-acordo para 80 Utentes.

SAD:

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta social destinada a prestar cuidados individualizados e personalizados no domicílio de pessoas que, por motivo de idade, dependência, doença ou outros impedimentos, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou atividades da vida diária.

Objetivos do SAD:

- Promover a autonomia e a qualidade de vida do utente no seu ambiente natural;
- Evitar ou retardar a institucionalização;
- Apoiar famílias e cuidadores informais;
- Garantir a continuidade dos cuidados de forma digna e segura.

Serviços Prestados:

Os utentes do Serviço de Apoio Domiciliário poderão usufruir dos seguintes serviços;

1. Cuidados de higiene pessoal e conforto;
2. Higiene habitacional (limitada à área de uso pessoal do utente);
3. Fornecimento de refeições;
4. Administração de medicação;
5. Tratamento de roupas;
6. Apoio psicossocial.

Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Pinhal dos Frades
Rua Mário Lopes Domingos nº 51 A Pinhal dos Frades, 2840-344 Seixal

Tel.: 212243964 Email: arpipf@sapo.pt



8
J. S.

Destinatários:

- Pessoas idosas;
- Pessoas com deficiência ou dependência;
- Doentes crónicos ou temporariamente incapacitados;
- Famílias em situação de vulnerabilidade.

Esta Resposta Social apresenta acordo de cooperação no Serviço de Apoio Domiciliário para 37 Utentes, tendo uma capacidade em extra-acordo para 42 utentes.

5 - Princípios de Ação

- **MISSÃO:** Servir todos os Clientes principalmente os idosos mais desfavorecidos, independentemente da sua raça, religião, classe social ou cultura.
- **VISÃO:** Promover a qualidade de vida dos Clientes, melhorando continuamente os serviços prestados.
- **VALORES:** Proporcionar aos Clientes uma melhor qualidade de vida, cuidando das suas várias vertentes: biológica, psicológica, social e espiritual, não esquecendo a questão relacional e afetiva. Tratar cada Cliente como um ser único, tendo em conta a sua história de vida, respeitando a sua autonomia, individualidade, privacidade, intimidade, confidencialidade, igualdade e participação. Respeitar os seus direitos e criando as condições necessárias para que cada cliente possa construir e executar o seu projeto de vida.



6 - Objetivos Estratégicos

1. Promover a Qualidade de Vida e Bem-Estar dos Idosos

- Garantir cuidados individualizados e centrados na pessoa.
- Fomentar a autonomia e independência sempre que possível.
- Desenvolver atividades de estimulação cognitiva, física e emocional.

2. Reforçar a Qualidade dos Serviços Prestados

- Melhorar continuamente os cuidados de saúde, higiene e alimentação.
- Implementar boas práticas na gestão e na prestação de cuidados.

3. Apostar na Formação Contínua dos Colaboradores

- Capacitar as equipas com formação específica em geriatria, demência, cuidados paliativos, etc.
- Promover ações de prevenção de burnout e motivação profissional.

4. Estimular o Envolvimento da Comunidade e Famílias

- Promover a participação das famílias no processo de cuidado.
- Reforçar parcerias com entidades locais (escolas, centros de saúde, juntas de freguesia).
- Combater o isolamento social dos idosos.

6. Assegurar a Sustentabilidade Financeira da IPSS

- Diversificar fontes de financiamento (apoios estatais, donativos, projetos financiados).
- Otimizar a gestão de recursos humanos e materiais.
- Avaliar regularmente custos e impacto dos serviços.



7 – Instalações

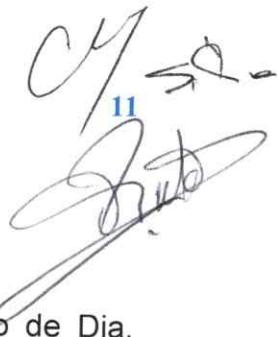
Procedeu-se à apresentação do projeto da Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas, aos sócios e à população de Pinhal dos Frades, com o intuito de expor as etapas de desenvolvimento, os objetivos estratégicos e os benefícios esperados para a comunidade local, no passado dia 12/09/2025.

Esta construção em Pinhal dos Frades representa um importante contributo para o bem-estar e a coesão social da comunidade local. Este equipamento permitirá oferecer um espaço seguro, confortável e devidamente equipado para acolher pessoas idosas que necessitam de cuidados especializados e de apoio diário, promovendo a sua qualidade de vida e dignidade.

A nova infraestrutura assegurará um serviço de proximidade, possibilitando que os residentes permaneçam junto das suas famílias e do seu meio social, evitando a deslocação para instituições distantes. Além disso, a construção e o funcionamento da ERPI irão gerar novos postos de trabalho, diretos e indiretos, nas áreas da saúde, apoio social, alimentação, manutenção e gestão, contribuindo para o desenvolvimento económico local.

Esta construção representará uma mais-valia para toda a freguesia, ao modernizar e ampliar a rede de equipamentos sociais disponíveis, garantindo instalações acessíveis, seguras e adaptadas às necessidades da população.

Daí que esperamos que em 2026 se dê inicio á construção das novas instalações, nomeadamente ERPI para 69 utentes, SAD para 50 utentes e CD para 50 Utentes.



11

8 - Atividades Culturais e Recreativas

Para além das atividades direcionadas em exclusivo para o Centro de Dia, existem outras atividades em que os Sócios da ARPIPF podem participar nomeadamente:

- Visitas culturais;
- Comemoração do Aniversário da ARPIPF;
- Celebração de tradições populares (Dia de São Martinho, Natal);
- Festa de Aniversário do Grupo Coral;
- Jogos de memória, dominó, cartas
- Tardes dançantes com música ao vivo;
- Oficinas de artes manuais (trabalhos em crochê, bordado, pintura)
- Ginástica sénior; Hidroginástica;

9 - Agradecimentos

Gostaríamos de expressar nosso profundo agradecimento a todos os sócios e parceiros que caminham ao nosso lado nesta jornada. Sem o apoio, a confiança e a colaboração de cada um de vocês, nossos objetivos seriam muito mais difíceis de alcançar.

A parceria construída ao longo do tempo é o que fortalece nosso trabalho e impulsiona nosso crescimento. Agradecemos pelo comprometimento, pela troca de ideias e pela dedicação em buscar sempre o melhor para todos nós, nomeadamente:

- Instituto da Segurança Social. IP;
- Autarquia do Seixal;
- Banco Alimentar contra a fome;
- Grupo Sonae “Modelo Continente”;
- Entreajuda – Banco de Bens Doados;
- Centro de Saúde do Seixal, nomeadamente Unidade de Cuidados na Comunidade do Seixal;
- Unidade de Saúde Familiar de Pinhal dos Frades;
- PSP do Seixal;
- Policlínica do Casal do Marco;
- União das Freguesias do Seixal, Arrentela e Aldeia de Paio Pires;
- Centro Paroquial de Arrentela “Várias Culturas Uma Só Vida”;
- Acção Social do Centro Paroquial de Fernão Ferro;
- Colégio Atlântico;
- EB 1 / Jardim de Infância e ATL de Pinhal dos Frades;
- Escola Carlos Ribeiro de Pinhal dos Frades, “Brigada Solidarius”;
- Outras Instituições do Concelho;
- Empresas;

Juntos, continuaremos a construir uma trajetória de sucesso, inovação e resultados positivos.

Muito obrigado!

Novembro de 2025

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

Em anexo ao presente Plano de Ação segue a Nota Explicativa à Conta de Exploração Previsional para 2026.

Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Pinhal dos Frades

Rua Mário Lopes Domingos nº 51 A Pinhal dos Frades, 2840-344 Seixal

Tel.: 212243964 Email: arpipf@sapo.pt

ASSOC. REFORMADOS PENSIONISTAS E IDOSOS PINHAL FRADES

Nota Explicativa à Conta de Exploração Previsional para 2026

RENDIMENTOS

71 Vendas	0 €
72 Prestações de serviços	620 847 €
721 Quotas dos utilizadores, Matrículas e Mensalidades	263 247 €
72142 Centros de Dia	187 530 €
72143 Apoio Domiciliario	75 717 €
722/728 Outros Serviços	357 600 €
72201 Quotizações e Jóias	13 403 €
724 Protocolos Cooperação ISS, IP	284 076 €
72411411 Centros de Dia	115 872 €
72411412 Apoio Domiciliario	168 204 €
725 Serviços secundários	60 121 €
72503 Excursões	1 248 €
72504 Diligências	1 581 €
72505 Tratamento Roupa	12 653 €
72507 Higiene Pessoal / Ambiente	44 639 €
727 Prestações de serviços	0 €
74 Trabalhos para a própria entidade	0 €
75 Subsídios, doações e legados à exploração	21 709 €
751 Subsídios das Entidades Públicas	0 €
7511 Instituto Solidariedade Segurança Social	0 €
75111412 Centros de Dia	0 €
75111414 Apoio Domiciliario	0 €
75115 Subsidio Apoio COVID19	0 €
7512 Outras Entidades Públicas	0 €
7513 Autarquias	0 €
752 Subsídios de outras entidades	0 €
75202 Autarquias	0 €
75204 I.E.F.P.	0 €
753 Doações e heranças	21 709 €
753102 Donativos não Fiscais Dinheiro (IRS)	7849
7531032 Donativos em Espécie	13 860 €
78 Outros rendimentos	39 911 €
781 Rendimentos suplementares	24 200 €
781604 Subsídio Alimentação em Espécie	24 200 €
7817 Festas e Subscrições	0 €
788 Outros	15 711 €
788101 Correções exercícios anteriores	0 €
788302 Subsídios para Investimentos - Outros	10 000 €
7885 Restituição Impostos	5 711 €
79 Juros, dividendos e outros rendimentos similares	2 371 €
791 Juros obtidos	2 371 €

Total de rendimentos anuais: 684 838 €

Nota Explicativa à Conta de Exploração Previsional para 2026
GASTOS

61 Custo Merc. vendidas e Consumidas	146 957 €
62 Fornecimentos e serviços externos	83 424 €
622 Serviços especializados	34 585 €
6221 Trabalhos especializados	11 587 €
6222 Publicidade e Propaganda	0 €
6223 Vigilância e segurança	917 €
6224 Honorários	5 434 €
6225 Comissões	1 417 €
62261 Conservação Reparação - Edifícios	2 510 €
62262 Conservação Reparação - Viaturas	6 767 €
62263 Conservação Reparação - Equipamentos	5 953 €
6228 Serviços De Desinfestação	0 €
623 Materiais	5 114 €
6231 Ferramentas e utensílios de desgaste rápido	2 215 €
6232 Livros e documentação técnica	0 €
6233 Material de escritório	1 908 €
6234 Artigos para oferta	350 €
6235 Material Didático	57 €
6237 Material Hoteleiro	401 €
6238 Outros - Peq.Electrodomésticos	183 €
624 Energia e fluidos	23 857 €
6241 Electricidade	9 259 €
6242 Combustíveis	9 722 €
6243 Água	842 €
6244 Gás	4 003 €
6248 Outros	31 €
625 Deslocações, estadas e transportes	74 €
62511 Pessoal	67 €
62512 Utentes	0 €
62514 Portagens e Estacionamento	7 €
6252 Transportes de Pessoal	0 €
626 Serviços diversos	17 739 €
6262 Rendas e alugueres	0 €
6262 Comunicação	1 995 €
6263 Seguros	3 021 €
6265 Contencioso e notariado	69 €
6267 Limpeza, higiene e conforto	12 654 €
6268 Outros	1 911 €
626801 Outros	1 559 €
626807 Flores, serviços de jardinagem e Afins	123 €
626808 Tecidos, Artigos Retrosaria e Afins	153 €
626815 Ferragens e Artigos Drogaria	76 €
626816 Festas	0 €
6269 Outros Serviços	0 €
627 Encargos com Utentes	144 €
6272 Encargos de Saúde com Utentes	144 €
63 Gastos com o Pessoal	390 674 €
632 Remuneracões do Pessoal	320 286 €
6321 Remuneracões Certas	291 886 €
6322102 Subsídios de Alimentação	24 200 €
6322102 Abono para Falhas	770 €

6322204 Outras Remunerações Adicionais	2 030 €
6322204 Gratificações	1 400 €
63402 Indemnizações	0 €
635 Encargos sobre remunerações	65 856 €
6352 Segurança Social S/Remun. Pessoal	65 856 €
6358 Fundo Garantia Compensação do Trabalho	0 €
636 Seguros de acidentes no trabalho e doenças profiss	3 007 €
638 Outros gastos com o pessoal	1 525 €
63802 Formação Profissional	605 €
63803 Medicina, Higiene e Segurança no trabalho	920 €
63806 Vestuário e Calçado	0 €

64 Gastos de depreciação e de amortização **32 507 €**

68 Outros gastos	533 €
681 Impostos	0 €
682/687 Outros Gastos e Perdas em Activos	0 €
688 Outros	0 €
6881 Correcções relativas a períodos anteriores	0 €
6883 Quotizações	533 €

Total de gastos anuais: **654 095 €**

Resultado de Exploração Previsional **30 743 €**



PARECER DO CONSELHO FISCAL

Plano de Ação – Exercício de 2026

O Conselho Fiscal da Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Pinhal dos Frades, no uso de suas atribuições estatutárias, reuniu-se para analisar o Plano de Ação proposto pela Diretoria para o exercício de 2026.

Após a devida avaliação do planejamento apresentado, considerando os objetivos estratégicos, as metas definidas, os recursos estimados e as previsões orçamentárias associadas às atividades programadas, este Conselho entende que o plano está bem estruturado, alinhado com os princípios de boa gestão e com a missão institucional da entidade.

Ressaltamos a importância da contínua prestação de contas e do acompanhamento periódico da execução do plano, garantindo transparência e responsabilidade no uso dos recursos.

Dessa forma, o Conselho Fiscal manifesta parecer **favorável à aprovação** do Plano de Ação para o ano de 2026.

O Conselho Fiscal

Presidente (José João Cardoso Lemos): José João Cardoso Lemos

Secretário (José Manuel Gomes F. da Silva): José Manuel Gomes F. da Silva

Relator (Maria Odete N. Ramalhete Mata): Maria Odete N. Ramalhete Mata