

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VIANA DO ALENTEJO

Handwritten signature and initials in blue ink.



PLANO DE ACTIVIDADES

ANO DE 2026



"DEVEMOS APRENDER DURANTE TODA A VIDA, SEM IMAGINAR
QUE A SABEDORIA VEM COM A VELHICE".

(Platão)



1. Introdução

A Mesa administrativa apresenta o Plano de atividades para o ano de 2026, à Assembleia Geral de Irmãos, para sua apreciação e deliberação. Trata-se de um instrumento que orienta as atividades projetadas por esta Instituição. O grande objetivo desta planificação é proporcionar aos utentes uma vida mais ativa procurando promover e potenciar um envelhecimento ativo englobando todas as dimensões para que este seja bem-sucedido.

Sabendo que o processo de institucionalização é um processo complexo e ambivalente, que pode provocar grandes impactos, procuramos dentro da nossa intervenção minimizar o impacto que este processo pode implicar.

A ocupação dos Utentes e o seu envolvimento nas atividades planificadas, visam proporcionar momentos prazerosos, de satisfação pessoal entre muitas outras variáveis intrínsecas que potenciam uma melhor qualidade de vida. Para além destas, também estão envolvidas variáveis extrínsecas, igualmente potenciadoras desta qualidade.

Conscientes das nossas potencialidades, mas também das nossas limitações, propomos um conjunto de medidas cuja implementação nos parece possível e desejável, no quadro das necessidades identificadas na Instituição.

Introduzimos, em 2025, nas atividades da Instituição, a Atividade Física. Sendo a prática desta atividade, cada vez mais recomendada em todas as faixas etárias, os idosos não são exceção. Ajudando a prevenir o declínio funcional e cognitivo, aliado a muitas outros benefícios é um importante fator promotor de uma boa qualidade de vida. É nossa intenção, no ano de 2026, continuar a apostar nesta atividade.

Investimentos

Recuperação da casa na Rua Cândido dos Reis, para arrendamento.

Aquisição de mais uma máquina de lavar roupa de 22 quilos, para continuar a remodelar a nossa lavandaria.

Intervenção no espaço exterior do edifício da creche em Aguiar.

Continuar a recuperação do edifício da Casa Pia

















2. Objetivos

2.1. Objetivo Geral

Promover o Envelhecimento Ativo.

2.2. Objetivos Específicos

-  Apoio na Integração e adaptação ao contexto institucional;
-  Ajustamento e adaptação a mudanças e fatores de stresse relacionados com as diferentes fases e tarefas do envelhecimento;
-  Rentabilizar o potencial dos utentes;
-  Promover a literacia e consciencialização pública sobre o processo de envelhecimento;
-  Proporcionar o envolvimento social com a comunidade em geral;
-  Permitir a manutenção e construção de relações sociais;
-  Modificar comportamentos e a adotar estilos de vida saudáveis;
-  Estimulação multissensorial;
-  Estimulação Cognitivas;
-  Fomentar a coesão interna e o espírito de equipa em toda a Instituição;
-  Promover a sustentabilidade da organização através da racionalização dos custos de funcionamento e otimização dos recursos disponíveis;
-  Promover a inovação e o desenvolvimento, designadamente através das parcerias estratégicas e desenvolvimento de projetos nos diferentes domínios da atividade Institucional;
-  Aumentar a satisfação dos Utentes e responsáveis dos mesmos, desenvolvendo ações de controlo interno e auscultação destes;
-  Recordar vivências, costumes e tradições populares.



3. Atividades Institucionais

3.1. Prestação de serviços relativos às respostas sociais:

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)

É uma resposta social que consiste no alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, em que sejam desenvolvidas atividades de apoio social e prestados cuidados de enfermagem/médicos, e que se rege pelo estipulado no:

Constituem Objetivos da ERPI:

- a) Proporcionar serviços permanentes e adequados às necessidades biopsicossociais das pessoas idosas;
- b) Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;
- c) Promover a dignidade da pessoa e oportunidades para a estimulação da memória, do respeito pela história, cultura, e espiritualidade pessoais e pelas suas reminiscências e vontades conscientemente expressas;
- d) Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
- e) Promover o aproveitamento de oportunidades para a saúde, participação e segurança e no acesso à comunidade de aprendizagem ao longo da vida e o contato com novas tecnologias úteis;
- f) Prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;
- g) Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- h) Promover o envolvimento e competências da família;
- i) Promover estratégias de manutenção e reforço da funcionalidade, autonomia e independência, do autocuidado e da autoestima e oportunidades para a mobilidade e atividade regular, tendo em atenção o estado de saúde e recomendações médicas de cada pessoa;
- j) Promover um ambiente de segurança física e afetiva, prevenir os acidentes, as quedas, os problemas com medicamentos, o isolamento e qualquer forma de mau trato;



- k) Promover a intergeracionalidade;
- l) Promover os contatos sociais e potenciar a integração social;
- m) Promover a interação com ambientes estimulantes, promovendo as capacidades, a quebra da rotina e a manutenção do gosto pela vida.

Centro de Dia (CD)

O Centro de Dia é uma resposta social, desenvolvida em equipamento, que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar.

Constituem Objetivos do Centro de Dia:

- a) Acolher, durante o dia e em regime ambulatorio, os idosos que se encontrem em situação de risco social, de fragilidade física e psicológica contribuindo para que tenham uma vida mais digna, confortável e saudável;
- b) Contribuir para melhorar a qualidade de vida;
- c) Fomentar relações interpessoais a fim de evitar o isolamento;
- d) Contribuir para a manutenção da autonomia, retardando o isolamento;
- e) Prestar cuidados básicos essenciais ao seu quotidiano, de forma individualizada, mantendo o individuo no seu meio natural de vida, evitando o isolamento e complementando o apoio familiar.

Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

O Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta Social O Serviço de Apoio Domiciliário (S.A.D.) é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio.

Constituem Objetivos do SAD:

- a) Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos Utentes e famílias;
- b) Prevenir a institucionalização desnecessária, decorrentes de situações de dependência;



[Handwritten signature]

- c) Acautelar crises e a deterioração grave da situação pessoal e familiar;
- d) Proporcionar apoio personalizado aos Utentes e/ou suas famílias no seu domicílio, de forma a criar condições facilitadoras de desenvolvimento global, assegurando-lhe cuidados de ordem física e apoio social, estabilidade emocional e vivência social.
- e) Contribuir para a promoção de atividades de sensibilização à comunidade envolvente que tenham por objetivo facilitar a integração do Utente dependente, objetivando contribuir para a melhoria da qualidade de vida;
- f) Facilitar o acesso a serviços da comunidade;
- g) Promover a autonomia dos Utentes;
- h) Prestar apoio psicossocial aos Utentes e familiares, de modo a contribuir para o seu equilíbrio, bem-estar e melhoria da qualidade de vida;

4. Gestão de Recursos Humanos

4.1. Formações internas e/ou em contexto real de trabalho

Continuaremos a proporcionar ações de formação profissional aos funcionários. Ao proporcionarmos a formação contínua, enquanto instrumento para valorização e atualização profissional, estamos a garantir a melhoria da qualidade dos serviços prestados pela instituição.

4.2. Candidaturas

A realização de candidaturas a medidas financiadas pelo Instituto de Emprego e Formação Profissional: Contrato de Emprego de Inserção; Estágio profissional; Parcerias com a EPRAL no âmbito dos estágios curriculares.












5. Cultura/Património

No dia 12 de julho de 2025, a Igreja da Nossa Sra. da Graça foi reaberta. Nela, durante este ano, foram desenvolvidas algumas atividades abertas a toda a comunidade. A Mesa Administrativa, tenciona continuar a implementar a continuidade destas ações no ano de 2026.



6. Parceiros

A Santa Casa da Misericórdia colabora com uma rede de parceiros, fundamental para a realização de todas as suas atividades. Esta parceria tem se revelado imprescindível para a sua missão:

-  Associação Terra Mãe
-  Câmara Municipal de Viana do Alentejo
-  Centro Distrital Instituto da Segurança Social de Évora
-  CNIS
-  EPRAL
-  Instituto de Emprego e Formação Profissional de Évora
-  Junta de Freguesia de Aguiar
-  Junta de Freguesia de Viana do Alentejo
-  UCSP Viana do Alentejo
-  União das Misericórdias Portuguesas
-  YMCA

7. Comunicação e Imagem

A comunicação é um fator determinante e fundamental em todos os contextos. Neste, em particular, é bastante relevante, para permitir a proximidade entre todos os intervenientes. Proporcionar às famílias, amigos, vizinhos e comunidade em geral a possibilidade de estarem ao corrente das atividades desenvolvidas, tem sido a nossa prática de intervenção. Tencionamos, continuar a desenvolvê-la através dos seguintes meios:

7.2. Página da Internet

O nosso site será um sistema de divulgação dos nossos serviços e atividades, pode consultá-lo em:

<https://www.scmva.pt>



[Handwritten signature]

7.3. Página do Facebook

Considerando esta página um importante veículo condutor de informação, para a divulgação das atividades institucionais, apostamos na sua constante atualização. Esta divulgação é fundamental para que as famílias e comunidade em geral possam ir acompanhado as atividades que se realizam.

Página: Santa Casa da Misericórdia de Viana do Alentejo

7.4. Boletim Municipal da Câmara Municipal de Viana do Alentejo

Em estreita articulação com o Município de Viana do Alentejo, tencionamos dar continuidade à parceria estabelecida. Esta engloba, a convite deste, a publicação de artigos no Boletim Municipal. A Periodicidade desta publicação é definida pelo próprio município. O seu objetivo é transmitir aos leitores, as atividades que vão sendo desenvolvidas.

7.5. Outros

No ano de 2025, remodelámos a nossa rede WiFi. Com esta remodelação, as ERPI'S ficam abrangidas em todos os seus espaços com acessos de maior qualidade e rapidez.

Modificámos os equipamentos telefónicos e remodelámos a instalação.

Instalámos mais canais de T.V.

Para garantir a proximidade, dos utentes aos seus familiares e outros, vamos continuar a realizar sessões de videochamadas.

Pretendemos proporcionar uma melhor e eficaz articulação entre todos os serviços e de prestar serviços de melhor qualidade a todos os intervenientes no nosso contexto.

Em 2026, o nosso foco assenta em dar continuidade ao trabalho desenvolvido até então.



8. Atividades a Desenvolver

ATIVIDADES	DESCRIÇÃO	PERIODICIDADE	OBJETIVOS	Rec. Humanos
Comemoração Ano Novo	Promover espaços de diálogo sobre desejos e votos para o Ano Novo; Realização de um painel com votos e desejos dos utentes;	Janeiro	Proporcionar expressão de emoções e sentimentos de forma verbal; Potenciar o vocabulário, organização de pensamentos e destreza verbal dos utentes.	Equipa multidisciplinar
As Janeiras...	Momento musical com o Grupo Musical	Janeiro	Felicitar utentes/colaboradores pelo novo ano. Continuar a criar momentos com tradições.	Equipa Multidisciplinar Grupo Musical.
Dia da Saudade	Sessões sobre o tema com recurso a técnicas /terapias variadas	Janeiro	Partilha de experiências; Explorar sentimentos, emoções...	Equipa Multidisciplinar
São Valentim/Semana do Amor	Grupos de reflexão sobre o tema. Criação de atelier, para confeção de bolinhos para distribuir entre utentes.	Fevereiro	Criar espaços que permitam a exploração do Sentimento “Amor” e das emoções que dele advêm, através do diálogo/verbalização e da partilha de experiências e vivências; Recordar hábitos de vida.	Equipa Multidisciplinar
Carnaval	Baile carnavalesco com funcionárias e utentes Decoração das salas e elaboração de adereços de carnaval. Lanche convívio.	Fevereiro	Promover as relações interpessoais; Promover o convívio grupal e bem-estar; Desenvolver a capacidade lúdica; Recordar vivências e tradições.	Equipa Multidisciplinar
Dia do Doente	Eucaristia do	Fevereiro	Promover a atividade religiosa e confortar os	Paróquia de Viana do



[Handwritten signature]

	dia do doente Lanche convívio		utentes.	Alentejo
Dia da Mulher	Momentos de beleza (cabeleireiro, manicura). Momento musical	Março	Valorizar o papel da mulher na sociedade e reflexão acerca dos diferentes papéis da mesma; Envolvimento de voluntárias.	Equipa Multidisciplinar Grupo Musical
Dia Internacional da Felicidade	Atividade física envolvendo os idosos; Distribuição de balões coloridos pelos utentes.	Março	Desenvolver e estimular as capacidades físicas e a motricidade dos idosos; promover o convívio e o bem-estar; desenvolvimento de emoções e sentimentos positivos.	Equipa Multidisciplinar
Chegada da Primavera...	Plantação de plantas e ervas aromáticas. Dinâmica de grupo sobre o tema.	Março	Promover o convívio entre utentes; convívio com a natureza; incentivar a partilha de saberes adquiridos pelos utentes ao longo das suas vidas.	Equipa Multidisciplinar
Dia da Poesia	Momento de convívio entre os utentes das várias valências e possíveis convitados da comunidade. Elaboração de marcadores de livros com poemas declamados pelos utentes.	Março	Contribuir para a preservação da cultura e sabedoria popular, abordando especificamente a poesia popular; reviver vivências e experiências adquiridas ao longo da vida; promover a auto estima dos intervenientes.	Equipa Multidisciplinar
Páscoa	Celebração de Eucaristia	Abril	Relembrar usos e tradições	Parceria com a Paróquia de Viana do Alentejo
Dia Mundial do Livro	Dinâmica de grupo Tarde do conto	Abril	Contacto com a leitura e desenvolver o interesse por actividades do género.	Equipa Multidisciplinar
Dia da Liberdade	Dinâmica de grupo alusiva ao tema.	Abril	Relembrar o marco histórico celebrado; Identificar as várias dimensões da liberdade.	Equipa Multidisciplinar
Dia da Atividade física	Visita ao Campo de Futebol João Sousa Faria e Melo.	Abril	Permitir conhecer o espaço; Promover o conhecimento sobre os benefícios da atividade física.	Equipa Multidisciplinar
Romaria a Cavalo	Assistir ao	Abril	Fomentar a interação com a	Equipa



Handwritten signature

	evento; Elaborar uma decoração alusiva.		comunidade, Participar no evento da localidade	Multidisciplinar
“A minha profissão...”	Sessões sobre as profissões dos utentes	Maio	Promover a partilha de experiências e de saberes. Permitir a exploração do modo de vida e da profissão de cada um.	Equipa Multidisciplinar
Dia da Dança	Momento de animação com Grupo de Dança	Maio / Junho	Promover momentos de convívio.	Equipa Multidisciplinar Grupo de Dança
Dia Internacional do Brincar	Visita ao Centro Imaculado Coração de Maria.	Maio	Desmistificar algumas crenças e preconceitos em relação à velhice e promover o convívio e a partilha intergeracional	Centro Imaculado Coração de Maria, Equipa Multidisciplinar
Dia Internacional da Família...	Dinâmica de grupo Momento musical	Maio	Criar momentos de socialização Fomentar relações	Equipa Multidisciplinar Grupo Musical
Um dia também fui criança...	Sessões sobre o tema com recurso a técnicas /terapias variadas	Junho	Estimular FNS Possibilitar a partilha de vivências	Equipa Multidisciplinar
Mês do Coração	Promover várias atividades alusivas ao tema.	Maio / Junho	Experimentação de diferentes desafios sensoriais, físicos e jogos de desenvolvimento das capacidades cognitivas. Manter os utentes ativos combatendo o sedentarismo; Melhorar a auto estima e promoção do bem estar emocional e psicológico.	Equipa Multidisciplinar.
Mês de Maria	Celebração do terço; Visualização das celebrações de Fátima em “grande écran”.	Maio	Promover a actividade religiosa. Relembrar usos e costumes.	Utentes da Instituição Equipa Multidisciplinar
Santos Populares	Decoração dos espaços com a colaboração dos utentes. Mastro popular com um momento de animação musical.	Junho	Desenvolver a capacidade lúdica; promover momentos recreativos de convívio e divertimento entre todos os membros do contexto institucional e da comunidade; Incrementar a participação ativa dos idosos. Favorecer o	Equipa Multidisciplinar



			desenvolvimento psico-motor; desenvolver as capacidades artísticas e plásticas; Permite preservar, reviver e valorizar as tradições populares.	
Dia Internacional do Piquenique	Realização de um piquenique	Junho	Fomentar o contacto com a natureza; promover as relações interpessoais; estimular o bem estar biopsicossocial.	Equipa Multidisciplinar
Dia Europeu da Música	Momento musical com grupo convidado	Junho	Proporcionar momentos de socialização, de satisfação, de convívio.	Equipa Multidisciplinar, Grupo Musical
“Manhãs de Verão”	Preparação de atividades diversas, entre as quais: Atividades socioculturais em diferentes contextos (em diversos locais da vila); Atividades de estimulação nos espaços das ERPI's (pátios).	Julho/Agosto	Promover a interação com a comunidade em geral; Permitir contatos com novas realidades e experiências (novos contextos sociais); Combater o sedentarismo e minimizar situações de isolamento social; Promover atividades físicas e realçar a importância das mesmas.	Equipa Multidisciplinar
Dia dos Avós	Atividade intergeracional	Julho	Proporcionar momentos de partilha entre gerações	Equipa Multidisciplinar
Dia da Amizade	Sessões sobre o tema com recurso a técnicas variadas.	Julho	Partilha de experiências; Explorar sentimentos, emoções...	Equipa Multidisciplinar
Dia Mundial da Fotografia	Criação de um placard com várias fotografias das várias atividades.	Agosto	Criar momentos prazerosos; Criar momentos de conversa; Estimulação FNS;	Equipa Multidisciplinar
Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer	Conversas sobre o tema.	Setembro	Sensibilizar para o tema, suas causas e consequências.	Equipa de Saúde e restante equipa multidisciplinar.
Dia Mundial do Sonho	Sessões de grupo; Criação da “parede” dos	Setembro	Criar momentos de exteriorização de emoções /sentimentos; Fomentar	Equipa Multidisciplinar



Handwritten signature

	sonhos.		pensamentos/cognições.	
Visita ao pavilhão gimnodesportivo	Assistir a um treino de uma modalidade desportiva	Setembro	Contacto com a atividade física; Conhecer outras realidades.	Equipa Multidisciplinar; Desportistas.
Comemoração do Mês Sénior	Atividades diversificadas no âmbito deste mês.	Outubro	Promover a comunicação, a interação e o diálogo entre os idosos (socialização); Promover a coesão institucional entre Utentes e Funcionárias; Motivar a rede familiar para a participação institucional; Reconhecer o idoso enquanto agente da sociedade.	Toda a Equipa Multidisciplinar
Dia da Alimentação	Elaboração de uma roda de alimentos; conversas Sessão temática benefícios dos alimentos.	Outubro	Potenciar momentos de partilha sobre o tema.	Equipa multidisciplinar
Pão por Deus	No âmbito do dia de todos os santos convidar crianças do Centro Imaculado Coração de Maria para atividade intergeracional	Outubro	Promover a partilha intergeracional; Estimulação das mais diversas áreas.	Equipa multidisciplinar Crianças do CICM
Dia Mundial do Cinema	Visionamento de filme	Novembro	Estimular reminiscências	Toda a Equipa Multidisciplinar
Visita Lagar de Azeite em Viana do Alentejo	Um dia dedicado à visita ao lagar	Novembro	Conhecer outros contextos; Fomentar usos e tradições.	Equipa Multidisciplinar; Lagar
Comemoração do S. Martinho	Realização de um magusto. Momento musical	Novembro	Promover o convívio e bem-estar; favorecer a interação grupal; Incrementar a participação ativa dos idosos; estimular a escuta ativa. Valorizar tradições, usos e costumes.	Equipa Multidisciplinar Grupo musical
Natal	Decoração alusiva à temática; Lanche convívio com momento musical; Eucaristia de	Dezembro	Proporcionar momentos lúdicos; estabelecer a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa; desenvolver o ouvido musical, o sentido rítmico e o reconhecimento e reprodução de frases musicais; fomentar o sentimento de pertença a um grupo; Estimular a	Paróquia de Viana do Alentejo Familiares Equipa Multidisciplinar Músico convidado



Handwritten signature and initials

	Natal		memória/relembrar cânticos tradicionais; Proporcionar momentos de convívio/interacção e confraternização entre todos os que pertencem ao contexto institucional. Recordar tradições e costumes natalícios.	
Projeto: “A magia do Natal	Atividades diversas ao longo do mês de dezembro: Jogos alusivos à época de Natal; Conto de histórias de natal, entre outras...	Durante todo o mês de dezembro	Orientação para a realidade; Estimular as reminiscências; promover momentos prazerosos e de interação.	Equipa Multidisciplinar
Visitas culturais/lúdicas	Realização de visitas culturais e passeios.	Sempre que possível	Promover o contacto com o exterior, com novas realidades e novas experiências. Minimizar situações de isolamento social. Estreitar laços entre a instituição e a comunidade local. Alargar os horizontes da imaginação dos idosos; permitir novas descobertas; intercâmbio sociocultural; favorecer o convívio e a troca de experiências e vivências; Promover relacionamentos interpessoais;	Equipa Multidisciplinar
Comemoração dos aniversários dos Utentes	Confeção de um bolo de aniversário; Elaborar um placard mensal com os aniversários dos utentes.	Dia de aniversário dos Utentes	Preservar a identidade de cada um; Valorização pessoal. Preservar aspetos cognitivos (exemplo: memória) orientação temporal.	Equipa Multidisciplinar
Projecto “Colorir a Vida”	Dinâmicas de grupo na Biblioteca Municipal de Viana do Alentejo	Mensal	Partilha de experiências. Permitir o contacto com parceiros da comunidade	Técnicas da Biblioteca Municipal de Viana do Alentejo; Equipa



JP

				Multidisciplinar
Actividade religiosa	Participar na cerimónia religiosa	De acordo com a planificação da Paróquia de Viana do Alentejo	Dar continuidade a usos e costumes que tinham no passado.	Parceria com a Paróquia de Viana do Alentejo Equipa Multidisciplinar
Atividade Física		De acordo com o planificado	Evitar o sedentarismo; Desenvolver hábitos de exercício/atividade física.	Professores do ginásio Level UP- Fitness Studio de Viana do Alentejo.

Esta Planificação tem como complemento atividades diárias.

6. Conclusão

A Mesa Administrativa, apresenta neste Plano as atividades que estão projetadas para o ano de 2026. Estando o nosso contexto sujeito a diversas modificações, não fosse ele constituído por um público alvo sujeito a diversas alterações constantes, este plano poder sofrer mudanças.

As atividades planificadas foram diagnosticadas com base na avaliação dos gostos/interesses, experiências e hábitos de vida de cada utente. Sabendo-se que cada utente tem a sua individualidade, a sua identidade.

Certos de que a nossa intervenção acarreta cada vez mais desafios, ambicionamos a prestar serviços de maior qualidade. Teremos, por isso, um caminho longo para percorrer, mas que teremos muito gosto em fazê-lo. Em constante aprendizagem e com um trabalho de equipa multidisciplinar.

Na nossa prática não desejamos que os utentes tenham apenas uma vida mais longa, mas uma vida com mais qualidade.



Handwritten signature

7. Galerias de fotos de algumas atividades

Apresentamos algumas das atividades desenvolvidas:



*Ja
L
C
H*



NOTAS:



Santa Casa da Misericórdia de Viana do Alentejo, 29 de novembro de 2025

A Mesa Administrativa,

Carla Silva
Maria Catarina Boxola
José Vitor Silva Lima

