

dt
X

PLANO DE
ATIVIDADES
E
ORÇAMENTO
2026



ÍNDICE

INTRODUÇÃO	2
ENQUADRAMENTO	3
ESTRUTURA ORGANIZACIONAL	4
ÁREAS DE INTERVENÇÃO	5
1 - Ação Social e Saúde	6
1.1 - Unidade de Cuidados Continuados Integrados a Pessoas Dependentes de Média Duração e Reabilitação	6
1.2. Espaços de Convívio e Lazer/Cabeceiras de Basto + Igual Programa de Dinamização dos ECL'S	29
1.3. POSTO MÓVEL DE ATENDIMENTO AO CIDADÃO (PMAC)	35
1.4. "Ouvir Cabeceiras de Basto " - Serviços de Audiologia	44
1.5. Programa "Medicamentos Sociais"	45
1.6. Festa de Natal dos Espaços de Convívio e Lazer	47
1.7. Parcerias e Cooperação Institucional.....	48
1.7.1. Rede Social.....	48
1.7.2. Participação na Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Cabeceiras de Basto.....	48
1.7.3. Participação na Comissão Municipal de Proteção de Pessoas Idosas de Cabeceiras de Basto.....	49
1.7.4. Participação no Banco Local de Voluntariado de Cabeceiras de Basto/Dinamização da Loja Social	49
1.8. Projeto "Cuidar+"	53
1.9- CONTRATO LOCAL DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL- 5ª gERAÇÃO (CLDS 5G) ...	60
1.10- Vigilância de Transportes Escolares	66
ORÇAMENTO	66
Conclusão	69
Exploração Previsional e Orçamento	70
Parecer revisor oficial de contas.....	

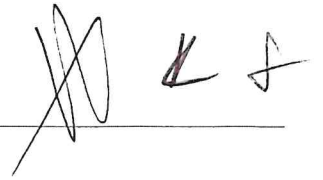
INTRODUÇÃO

O Plano de Atividades da Basto Vida para 2026 inclui informações sobre os objetivos estratégicos e previstos, bem como sobre as atividades e ações planeadas para os alcançar, juntamente com os indicadores que permitem medir cada um desses objetivos.

Este documento antecipa as ações da Instituição para o próximo ano, estruturando-as em duas partes principais: o Programa de Ação e o Orçamento.

É importante notar que este documento não é fixo, pois a natureza dinâmica desta Régie Cooperativa permite a introdução de novas atividades ou ações não especificadas aqui, fruto da colaboração, novas ideias, projetos ou parcerias.

Destacamos que a concretização do plano proposto depende do esforço conjunto dos colaboradores, cooperantes e parceiros.



O Programa de Ação e Orçamento para 2026 pretende dar continuidade aos serviços prestados no ano transato. Com este projeto a Basto Vida pretende mitigar o impacto da crise económica e social que esta irá originar na nossa comunidade, principalmente a mais vulnerável, a nível social e de saúde.

Numa dinâmica de forte intervenção sobretudo social e de saúde, a Basto Vida pretende continuar a “investir” na integração, na complementaridade e na visão das pessoas de forma completa. Perspetivamos, assim, dar respostas ajustadas aos interesses e motivações de todos aqueles que encontram nesta Régie Cooperativa respostas adequadas às suas necessidades. Ressalvando o importante papel que a Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Média Duração e Reabilitação tem vindo, e pretende continuar, a desempenhar para a comunidade, principalmente para aqueles que se vêm numa situação de fragilidade em termos de saúde.

A Unidade de Cuidados Continuados Integrados (UCCI), iniciou a sua atividade a 2 de abril de 2018, e que tal como em 2025 perspetiva-se para 2026 a sua plena ocupação.

Em 2026 a equipa do Projeto “Cuidar+” irá realizar ações em prol da comunidade e em especial dos mais desfavorecidos.

Em 2026 continuar-se-á a executar o plano de ação relativo ao Contrato Local de Desenvolvimento Social- Quinta Geração (CLDS-5G), que teve início em 2024.

Em 2026 prevê-se a continuidade do projeto, iniciado em janeiro de 2025, “Cabeceiras de Basto + Igual|Dinamização dos Espaços de Convívio e Lazer, aprovado no âmbito do aviso “Planos de Ação Intermunicipais para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI)”.

Outras oportunidades poderão colocar-se, e sejam quais forem os caminhos que se coloquem, não deixaremos de ponderar o aprofundamento da sua intervenção e da sua presença na comunidade, cumprindo assim os seus desígnios estatutários.



A Basto Vida desenhou a sua estrutura com base nas diferentes áreas de intervenção, dando um especial enfoque a uma lógica de proximidade e de afetos, assumindo, ainda, uma dinâmica de complementaridade e de integração dos diferentes setores e parceiros como forma de trazer os conhecimentos e competências individuais e grupais, para uma resposta integrada e completa aos desafios que cada pessoa nos coloca no trabalho que realizamos e na resposta às necessidades que vamos identificando.

Tendo por base esta premissa, a Basto Vida assume a necessidade de partilhar os valores e objetivos deste Plano por todos os agentes envolvidos, garantindo um funcionamento democrático e participativo, e assegurando a coerência entre as orientações estratégicas, valores e práticas quotidianas.

Destacamos a necessidade de tentar obter um alto nível de participação e de envolvimento de todos os dirigentes e colaboradores, aprofundar e valorizar as competências individuais em função do Plano, reforçar os momentos de partilha e de discussão entre todos e clarificar o papel e o contributo de cada um na Instituição.

Órgãos Sociais

Mesa da Assembleia Geral

Joaquim Barroso de Almeida Barreto - Presidente

Paula Fernanda Dourado Gonçalves– Vice-Presidente

Armando Machado de Oliveira Duro - Secretário

Direção

Serafim China Pereira - Presidente

Leandro Vilela Campos - Tesoureiro

Manuel António Ramos Pereira – Secretário

Conselho Fiscal

Márcia Andreia Rodrigues Fonseca Barros – Presidente

José Luís Maia Ramos - Vogal

Carlos Augusto Boticas Teixeira - Vogal



ÁREAS DE INTERVENÇÃO

1. Ação Social e Saúde

1.1. Unidade de Cuidados Continuados e Integrados para Pessoas dependentes de Média Duração e Reabilitação

Introdução
Recursos Humanos afetos
Gestão de Recursos Humanos
Equipa Multidisciplinar
Política de Formação
 Plano de formação profissional
 Plano Interdisciplinar
Estágios

1.2. Espaços de Convívio e Lazer/ Cabeceiras de Basto + Igual|Dinamização dos ECL

1.3. Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão – PMAC

1.4. Ouvir Cabeceiras de Basto - *Serviços de Audiologia*

1.5. Programa “Medicamentos Sociais”

1.6. Festa de Natal dos ECL's

1.7. Parcerias e Cooperação Institucional

1.7.1. Rede Social

1.7.2. Participação CPCJ

1.7.3. Participação na CMPPI

1.7.4. Participação no BLV/Loja Social

1.8. Projeto “Cuidar+”

1.9. Contrato Local de Desenvolvimento Social-5ª Geração (CLDS-5G)

1.10. Vigilância dos Transportes Escolares



1 - AÇÃO SOCIAL E SAÚDE

A Basto Vida tem desenvolvido diversas iniciativas em prol da promoção da qualidade de vida e do bem-estar da comunidade.

A promoção da saúde rege-se por princípios de cooperação intersectorial, solidariedade, equidade e sustentabilidade, assente num trabalho de parceria, em prol de melhores resultados e benefícios a favor da população.

Além disso, tem realizado um investimento significativo na área social, nomeadamente ao nível de diversas ações e iniciativas de apoio destinadas à terceira idade, de modo a criar condições humanas e técnicas capazes de responder às necessidades de apoio social de todos.

1.1 - UNIDADE DE CUIDADOS CONTINUADOS INTEGRADOS A PESSOAS DEPENDENTES DE MÉDIA DURAÇÃO E REABILITAÇÃO


Introdução

O Plano de Atividades Anual da Unidade de Cuidados Continuados Integrados da Basto Vida, tem como principal objetivo corresponder a um instrumento de gestão e de orientação das atividades direcionadas aos nossos utentes e colaboradores.

Assim, e partindo do pressuposto de que os utentes constituem o nosso maior foco, importa apostar em iniciativas que promovam o seu bem-estar, tendo presente, por outro lado, o que são as suas reais necessidades ao nível biopsicossocial e, por outro lado, os recursos humanos e materiais disponíveis.

Este plano pretende dinamizar atividades que se enquadrem nas necessidades específicas dos utentes, tendo por base um conjunto de objetivos que vão de encontro ao plano individual de cada um. É fundamental definir ainda a animação proporcionando-lhes uma maior qualidade de vida e mais ativa, através da dinamização de momentos ocupacionais, lúdicos, criativos e comunicacionais, centrado nos seus interesses e valores.

Existem atividades que se mantêm e constam nos planos anteriores.



É imprescindível mencionar que ao longo deste Relatório, vamos abordar equipamentos existentes em cada valência, a formação constante dos nossos profissionais, as atividades ocupacionais e a promoção de saúde através de diversas atividades em que pretendemos minimizar e retardar os efeitos negativos decorrentes do processo de envelhecimento e da condição clínica dos nossos utentes. Pretende-se criar fatores de proteção que contribuam para a melhoria das condições de saúde.

O próximo ano corresponde a um tempo de reforço com o nosso compromisso na procura de soluções, cumprindo o nosso propósito e missão.

À luz da experiência dos anos anteriores, e de acordo com a nossa cultura, propomos a prosseguir o desenvolvimento de projetos em curso e de outros que possam ser abraçados e, para que tal possa acontecer, contamos com a coesão de energias, a cultura de responsabilidade, o trabalho em equipa, o empenho pessoal e perseverante dos nossos colaboradores.

Missão

Proporcionar aos utentes serviços estabelecidos com base nos princípios da qualidade, equidade e responsabilidade social, garantindo o desenvolvimento pessoal dos utentes e o desenvolvimento profissional dos colaboradores.

Visão

A UCC Basto Vida assegura a satisfação das necessidades dos seus utentes, adequando e diversificando as respostas, de forma contínua, colaborativa e sustentada.


Pretende ser reconhecida, no meio envolvente, como uma instituição de referência, alargando e melhorando os serviços.

Proporcionar formação profissional qualificada aos recursos humanos, de forma a responder às necessidades da Instituição, visando a obtenção da excelência dos serviços prestados.

Valores

A UCC Basto Vida pauta a sua atividade pelos seguintes valores:

- Respeito pela dignidade humana;
- Solidariedade;
- Igualdade;

- 
- Rigor e zelo;
 - Integridade;
 - Empenho e cooperação;
 - Iniciativa;
 - Lealdade e honestidade.

Política de qualidade

- Atingir níveis de rentabilidade elevados na utilização dos recursos;
- Através da estrutura organizacional, garantir uma elevada qualidade dos serviços prestados visando a satisfação dos utentes;
- Proporcionar a melhoria contínua das condições de trabalho e da motivação dos colaboradores;
- Estabelecer com outras organizações, parcerias que possibilitem o mais eficaz impacto dos serviços prestados.

Cooperação institucional/Parcerias

A cooperação/parcerias entre Instituições é fator determinante para a prossecução e sucesso de alguns objetivos institucionais.

Não alheia a essa situação, esta Unidade procura sempre cooperar com instituições que apoiem e suportem a sua atividade.

Para 2025, tenciona-se colaboração com:

- Equipa de Coordenação Local;
- Hospitais;
- Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social;
- Respostas sociais como lares, centros de dia, apoios domiciliários, entre outros;
- Câmara Municipal;
- Segurança Social;
- Entidades de Transportes;
- Cruz Vermelha;
- Centro de Saúde;
- Entidades Locais.

Projetos e candidaturas



Por forma a dar equilíbrio à estrutura organizacional, esta Unidade vai procurando encontrar soluções e colocar foco em candidaturas a programas ou protocolos que ajudem a sustentar a possibilidade de realização das atividades a que nos propomos.

Medidas de poupança e contenção

Para 2025, espera-se manter as medidas que têm vindo a ser adotadas e que possam potenciar a economia e rentabilização de recursos da UCC, nomeadamente:

- Gestão eficaz de EPI'S;
- Rentabilização de recursos;
- Reaproveitamento de materiais.

Recursos humanos afetos à UCCI Basto Vida

Em conformidade com as recomendações constantes nos Acordos estabelecidos e em observância de critérios de qualidade, segurança e humanização, esta Unidade garante os recursos humanos necessários, em número e diversidade, à prestação dos cuidados acordados.

O quadro de pessoal e as escalas respetivas são afixados em local bem visível e acessível a todos os profissionais, utentes, familiares e/ou cuidadores, contendo a indicação do número de recursos humanos (direção técnica, direção clínica, equipa técnica, pessoal auxiliar), formação e conteúdo funcional, definido de acordo com a legislação/normativos em vigor.

PROFISSIONAL	HORAS SEMANAIS	FREQUÊNCIA	Nº DE PROFISSIONAIS
Médico (inclui médico Fisiatra)	30	Presença diária	7 de medicina interna e 2 de fisioterapia
Psicólogo	20	Presença ao longo da semana	1 a meio tempo
Enfermeiros	360	Presença Permanente	10 a tempo completo e 4 em prestação de serviços
Fisioterapeutas	70	Presença diária	2 a tempo completo

Assistentes Sociais	35	Presença ao longo da semana	2 a tempo parcial
Terapeuta da Fala	17,5	Presença ao longo da semana	1 a meio tempo
Animador Sociocultural	20	Presença ao longo da semana	1 a meio tempo
Psicomotricista	15	Presença ao longo da semana	1 a meio tempo
Nutricionista	5	Presença ao longo da semana	1 com 5 h semanais
Terapeuta Ocupacional	35	Presença ao longo da semana	1 a tempo completo
Ajudante Ação Direta	544,5	Presença Permanente	13 a tempo completo e 4 a meio tempo
Auxiliar Serviços Gerais	100	Presença Permanente	1 a tempo completo e 3 a meio tempo
Técnica Auxiliar de Farmácia	35	Presença ao longo da semana	1 a tempo completo

Gestão de Recursos Humanos

1. O órgão de decisão desta Unidade de Média Duração e Reabilitação é a Direção da Basto Vida.
2. São da exclusiva competência da Direção todas as decisões em matéria de recursos humanos, nomeadamente a contratação e fixação da remuneração do pessoal.
3. A organização da atividade da UMDR Basto Vida obedece às normas de segurança, higiene e saúde no trabalho aplicáveis.

Equipa multidisciplinar

A equipa multidisciplinar da UMDR tem a seguinte composição:

1. Diretor clínico;
2. Diretor técnico;
3. Médicos;
4. Enfermeiros;
5. Psicólogo;
6. Assistente social;
7. Fisioterapeuta;
8. Terapeuta ocupacional;
9. Terapeuta da fala;

- 10. Nutricionista;
- 11. Animador sociocultural;
- 12. Psicomotricista.

Esta Equipa Multidisciplinar reúne uma vez por semana, para proceder à:

1. Avaliação e reavaliação dos Planos Individuais de Intervenção (PII) de cada utente de acordo com a periodicidade estabelecida pela RNCCI;
2. Avaliação da situação médica e psicossocial de cada utente aquando da sua entrada na Unidade, periodicamente e sempre que a equipa encontre justificação, de forma a definir e redefinir os Planos de Cuidados de cada técnico/equipa técnica;
3. Avaliação da situação médica e psicossocial de cada utente de forma a definir altas, transferências, prorrogações e procedimentos necessários que conduzam à concretização eficaz de cada uma destas situações, quer para a comodidade do utente quer para a gestão da Unidade.

OBJETIVOS	AÇÕES	RECURSOS HUMANOS	METAS
Manter/Melhorar a qualidade dos serviços prestados	<ul style="list-style-type: none"> - Cumprir o regulamento interno e normas de segurança da instituição; - Cada colaborador desempenhar a sua função de acordo com a descrição funcional que lhe está associada; - Promover a formação contínua de colaboradores; - Zelar pela conservação e manutenção dos equipamentos e materiais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa multidisciplinar 	<ul style="list-style-type: none"> - Terminar o ano sem intercorrências de não cumprimento do Regulamento Interno ou reclamação; - Realização de formações; - Manutenção do bom estado de conservação dos equipamentos; - Em caso de necessidade, aquisição de novos equipamentos.
Manter o processo individual dos utentes em dia, assim como registos, respeitando sempre a confidencialidade dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar registos periódicos previstos; - Registrar qualquer intercorrência do internamento de utentes; - Realizar registos no <i>Gestcare</i> e F3M. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa multidisciplinar 	<ul style="list-style-type: none"> - Desde a admissão à alta dos utentes, a totalidade dos processos estar atualizada, mostrando a realidade da situação dos utentes.

Assegurar cuidados de higiene e conforto	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar a autossatisfação das necessidades no âmbito dos cuidados de higiene e conforto pessoal, de forma a promover a independência e autonomia individuais, bem como a afirmação pessoal; - Satisfazer necessidades que os utentes não consigam realizar sozinhos; - Providenciar produtos de higiene e conforto; - Respeitar a intimidade e privacidade do utente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa multidisciplinar 	<ul style="list-style-type: none"> - Autonomia do utente no âmbito dos cuidados de higiene e conforto pessoal; - Satisfação dos cuidados de higiene e conforto dos utentes que não são capazes de o realizar sozinhos.
Providenciar uma alimentação saudável e equilibrada	<ul style="list-style-type: none"> - Promover uma alimentação adequada a cada utente e às suas necessidades; - Assegurar hidratação; - Prevenir risco de engasgamento; - Incutir bons hábitos alimentares a utentes, familiares e colaboradores. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa multidisciplinar 	<ul style="list-style-type: none"> - Colaboração com a nutricionista; - Manter o IMC nos padrões normais; - Realização de formação destinada a utentes, familiares e colaboradores, sobre a alimentação.
Promover a comunicação com família/cuidador	<ul style="list-style-type: none"> - Facilitar contacto com familiares e cuidadores; - Recolher os diversos contactos dos cuidadores e coloca-los à disposição dos utentes; - Colocar à disposição dos cuidadores os diversos contactos da instituição; - Incentivar visitas de familiares e amigos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa multidisciplinar 	<ul style="list-style-type: none"> - Facultar o guia de acolhimento ao cuidador; - Registo dos contactos dos cuidadores/familiares no Processo Individual do Utente; - Registo dos contactos efetuados.
Higienizar e tratar das roupas dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> - Lavar, secar e engomar a roupa dos utentes, consoante as necessidades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Auxiliares 	<ul style="list-style-type: none"> - Manutenção do estado de conservação e limpeza das roupas

dos utentes.

Prescrição e administração medicamentosa	<ul style="list-style-type: none">- Prescrição de medicação;- Elaboração da tabela terapêutica individual do utente;- Preparação diária da medicação;- Registo diário de administração de medicação;- Vigilância de sintomas;- Administração de medicação de acordo com a tabela terapêutica;- Registo de entradas de medicação e saídas de stock;- Realizar pedido de medicação semanal.	<ul style="list-style-type: none">- Médicos- Téc. Farmácia- Enfermeiros	<ul style="list-style-type: none">- Assegurar a correta administração de medicamentos: utente, medicamento, dosagem, via e horários corretos;- Assegurar stock medicamentoso de acordo com as necessidades dos utentes;- Compensar /Manter/Melhorar estado clínico do utente.
Prevenir úlceras de pressão	<ul style="list-style-type: none">- Preenchimento e avaliação de escalas mensalmente;- Posicionar de utentes;- Assegurar aporte calórico e hidratação adequada;- Colocação de material anti escara.	<ul style="list-style-type: none">- Equipa multidisciplinar	<ul style="list-style-type: none">- Manter integridade cutânea;- Garantir o máximo conforto e bem-estar ao utente.
Prevenir quedas dos utentes	<ul style="list-style-type: none">- Avaliar risco de quedas e fraturas;- Melhorar mobilidade geral;- Evitar medicação que afete o equilíbrio;- Eventual utilização de auxiliares de marcha ou	<ul style="list-style-type: none">- Equipa multidisciplinar	<ul style="list-style-type: none">- Minimizar quedas de utentes.

	<p>outros dispositivos;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar barreiras arquitetônicas e outros fatores de risco e tentar minimizá-los/eliminá-los; - Manter o equipamento em bom estado; - Prescrição de imobilização de segurança sempre que se justifique, com comunicação ao cuidador. 		
Promoção da mobilidade dos utentes	<ul style="list-style-type: none"> - Avaliar risco de quedas e fraturas; - Minimizar a permanência prolongada na cama; - Promover exercício individual e em grupo; - Treino de AVD'S; - Melhorar estado de nutrição; - Supervisionar marcha e transferências; - Prevenir síndrome de imobilização. 	- Equipa multidisciplinar	<ul style="list-style-type: none"> - Evitar/Minimizar quedas; - Melhoria/Manutenção do estado geral de mobilidade.
Promoção da autonomia de utentes	<ul style="list-style-type: none"> - Implementar procedimentos facilitadores da recuperação de capacidades funcionais e/ou cognitivas que conduzam a maior autonomia possível; - Prevenir, retardar ou compensar o aumento de dependência; - Compensar, modificar ou adaptar atividades e/ou ambientes com o objetivo de melhorar o desempenho e facilitar a participação nas situações de vida do dia-a-dia. 	- Equipa multidisciplinar	<ul style="list-style-type: none"> - Recuperação funcional, quando possível; - Manutenção/Recuperação do grau de independência; - Adaptação das atividades e/ou ambientes facilitadores da autonomia.

Objetivos das atividades socioculturais

- Estimular a criatividade;
- Desenvolvimento da capacidade lúdica;
- Promover a autonomia, autoestima e a qualidade de vida;
- Estimular a motricidade fina;
- Orientação espaço-temporal;
- Estimulação das funções executivas;
- Integração sensorial;
- Proporcionar iniciativas que promovam alegria e diversão;
- Recordar vivências, costumes e tradições populares.

Comemorações		Objetivo
Janeiro	-Dia de Reis (6 de janeiro)	Promover a participação dos utentes para cantar os reis, convidar grupos do concelho para intercâmbio.
	-Dia Internacional do Riso (18 de janeiro)	Promover a boa disposição entre todos.
Fevereiro	-Dia do Amor (14 de fevereiro)	Promover os laços de amizade entre todos.
	- Carnaval (17 de fevereiro)	Promover o espírito carnavalesco, com o envolvimento dos utentes na preparação desta efeméride.
Março	- Dia do Pai (19 de março)	Comemorar o dia com os pais e filhos.
	-Dia Mundial da Árvore (21 de março)	Sensibilizar para a consciência ambiental.
	- Dia Mundial da Água (22 de março)	Sensibilizar para a importância do consumo de água.
Abril	-Aniversário da UCC (2 de abril)	Comemorar o aniversário da UCC.
	-Dia Mundial da Saúde (7 de abril)	Identificar a saúde como principal bem.
	-Dia da Liberdade (25abril)	Identificar o Dia da Liberdade como um dia importante. Realização de trabalhos sobre a efeméride.
Maio	-Mês de Maria	Reconhecer a importância da religião e espiritualidade na 3ª idade. Ouvir o terço.
Junho	-Dia de Portugal (10 junho)	Comemorar efeméride com documentários e recortes de jornal

	-Santos Populares (29 de junho)	Comemorar os Santos Populares, promovendo o Convívio e a boa disposição.
Julho	-Dia Mundial do Chocolate (7 julho)	Confeccionar bombons para todos.
	-Dia Mundial dos Avós (26 de julho)	Reconhecer a importância do papel dos avós na sociedade. Atividade intergeracional.
Agosto	-Dia Mundial da Fotografia (19 de agosto)	Promover a autoestima e a criatividade dos utentes para a realização de fotografias.
	-Festa e Feira de S. Miguel (20 a 30 de setembro) - Desfolhada Tradicional - Exposição de trajes e produtos locais	Recriar na UCC iniciativas que envolvem a Festa e Feira de S. Miguel.
Setembro	- Início do Outono (23 de setembro)	Recriar na UCC um ambiente outonal.
Outubro	-Dia Mundial do Sorriso (5 de outubro)	Fomentar a boa disposição entre utentes e técnicos desta UCC e criar momentos de alegria e diversão.
	-Dia Mundial da Alimentação (16 de outubro)	Sensibilização dos utentes para uma alimentação saudável e equilibrada em <i>pról</i> do bem-estar e da saúde de cada um.
	- Dia Mundial do AVC (29 de outubro)	Sensibilização junto dos utentes e seus familiares atenção para os perigos dos acidentes vasculares cerebrais e divulgar informações importantes como reconhecer um AVC.
Novembro	-Dia Mundial do Cinema (05 de novembro)	Impulsionar a participação dos utentes em iniciativas socioculturais.
Dezembro	-Festa de Natal	Fomentar o convívio e assinalar uma data tão importante para todos
Outras	-Festejar os aniversários/ Sessões temáticas/ Convidar pessoas, associações, instituições para visitar a UCC - Gincana de atividades interdisciplinares	

O plano de atividades tem o objetivo de identificar e reconhecer a animação como um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa, valorizando as suas competências, saberes e culturas. No entanto, é importante conhecer os utentes, as suas características pessoais, capacidades, dificuldades e gostos. Sendo assim continuar-se-á a



dinamizar os Ateliers de Atividades Socioculturais: Atelier Lúdico Recreativo; Atelier de Dinâmicas de Grupo; Atelier de Estética; Atelier de Estimulação Sensorial; Atelier de Culinária; Ateliê de Expressão Oral e Escrita; Atelier Desportivo e Atelier de Estimulação Cognitiva Grupo Grande e Grupo pequeno, que será a base para o Plano de Atividades Semanal.

Atelier de dinâmicas de grupo

Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a expressão corporal e as funções psicomotoras; - Estimular a interação social e empatia entre os utentes; - Estimular a comunicação verbal e não-verbal; - Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo; - Educar para a cidadania e despertar o espírito crítico; - Partilhar experiências; - Desenvolver a criatividade; - Desenvolver a afetividade e empatia; - Potenciar o espírito de interajuda e promover as relações sociais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Jogos de apresentação; - Jogos de sensações; - Jogos de pantomima; - Jogos narrativos; - Jogos com adereços; - Jogos de cooperação; - Jogos de Relaxamento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Nº de participantes no atelier; - Grau de satisfação dos utentes face ao atelier. 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de saberes; - Aumento da interação social; - Melhoria da satisfação com o internamento; - Aumento da autonomia dos utentes.

Atelier lúdico-recreativo

Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Promover a mobilidade, destreza manual e o desenvolvimento da capacidade de 	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalhos em materiais diversos (corte, colagem e pintura); - Trabalhos com recurso 	<ul style="list-style-type: none"> - Grau de satisfação dos utentes face ao atelier; - Nº de participantes no atelier. 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da satisfação no internamento;

<p>expressão;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ocupar o tempo de lazer com atividades produtivas, gratificantes e com valor funcional; - Estimular a imaginação e criatividade através da expressão plástica; - Desenvolver a motricidade fina, precisão e coordenação oculomotora; - Potenciar o sentido crítico; - Desenvolvimento do espírito de grupo; - Realizar atividades criativas e recreativas; - Promover o convívio e a interação ao longo das atividades. 	<p>a materiais reciclados;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalhos com pastas moldáveis (barro, plasticina, gesso, etc.); - Material de desgaste. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento do interesse nas atividades.
---	--	--

Atelier de estética

Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Promover a autoestima e realização pessoal; - Potenciar uma noção de corpo positiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - Tratamento de unhas, cabelo e pele; - Tratamento da roupa e estimulação da memória afetiva; - Massagens; - Atividades de relaxamento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Grau de satisfação dos utentes face ao atelier; - Nº de participantes no atelier; - Índice de autoestima. 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da autoestima; - Aumento do interesse nas atividades.

Atelier de estimulação sensorial			
Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
- Reagir a estímulos visuais; - Reagir a estímulos auditivos; - Reagir a estímulos táteis; - Reagir a estímulos olfativos; - Reagir a estímulos gustativos.	- Dirigir os olhos para um estímulo luminoso; - Seguir um objeto com o olhar; - Direcionar o olhar para uma fonte sonora; - Responder à voz do técnico; - Distinguir a voz dos animais mais comuns; - Reagir à estimulação tátil de várias partes do corpo; - Explorar objetos; - Reagir aos diferentes sabores (doce, salgado); - Diferenciar sabores; - Diferenciar cheiros.	- Grau de satisfação dos utentes face ao atelier; - N° de participantes no atelier.	- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia e independência pessoal.

Atelier de expressão oral e escrita

Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
- Estimulação da leitura; - Estimulação da escrita; - Estimulação da memória e capacidade de concentração; - Responder aos interesses dos	- Exercício de vocabulário e léxico; - Exercícios de fluência verbal; - Leitura e compreensão de notícias relativas à sua área de residência	- nº de participantes no atelier; - Grau de satisfação dos residentes face ao atelier.	- Melhoria da satisfação com a vida; - Aumento do interesse nas atividades.

residentes; - Estimular a capacidade de interpretação e compreensão; - Desenvolvimento do espírito crítico; - Estimular a motricidade fina.	atual e de origem; - Leitura e compreensão de contos, histórias; - Sopa de letras; - Adivinhas; - Quadras antigas; - Versos antigos.		
--	---	--	--

Atelier desportivo			
Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
- Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento; - Estimular as relações interpessoais; - Manter / desenvolver as capacidades físicas dos utentes; - Desenvolver o espírito de interajuda e competição.	- Exercícios de orientação temporal e espacial; - Ginástica passiva e adaptada às condições físicas e motoras de cada um; - Caminhadas; - Jogos tradicionais.	- nº de participantes no atelier; - Grau de satisfação dos utentes face ao atelier;	- Melhoria da satisfação com a vida e com o internamento; - Aumento do interesse nas atividades.

Atelier de estimulação cognitiva

Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Promover a orientação; - Reconhecer o esquema corporal; - Estimular a memória; - Desenvolver a motricidade; - Reabilitar funções executivas; - Desenvolver a capacidade aritmética; - Estimular as capacidades de linguagem; - Trabalhar a atenção e concentração; - Desenvolver estímulos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Exercícios de orientação temporal e espacial; - Exercícios de conhecimento e realização de ações; - Exercícios de reconhecimento e manipulação espacial; - Exercício de memória recente, episódica e semântica; - Jogos de destreza; - Jogos de construção gráfica; - Jogos de semelhanças e diferenças; - Exercícios de compreensão numérica; - Exercícios de nomeação. 	<ul style="list-style-type: none"> - Nº de participantes no atelier; - Grau de satisfação dos utentes face ao atelier; 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de saberes; - Aumento da interação social; - Melhoria da satisfação com o internamento ; - Aumento da autonomia dos utentes.

Atelier de culinária

Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a coordenação motora; - Estimular a memória; - Trabalhar atenção e concentração; - Desenvolver a capacidade aritmética; - Estimular as relações interpessoais; 	<ul style="list-style-type: none"> - Recriação de receitas fornecidas pelos utentes; - Workshops de alimentação saudável. 	<ul style="list-style-type: none"> - nº de participantes no atelier; - Grau de satisfação dos utentes face ao atelier. 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da satisfação com a vida e com o internamento ; - Aumento do interesse nas atividades.

- Promover/estimular noções de alimentação saudável.			
--	--	--	--

Política de formação

1. Dando cumprimento às orientações da Política de Formação Global da UMDR Basto Vida e do que está preconizado no âmbito da Rede, esta Unidade apoia e incentiva a formação contínua ou em exercício de todos os colaboradores, como forma de desenvolvimento pessoal e profissional, através da valorização das suas competências técnicas, humanas, sociais e espirituais.

2. Para o efeito no disposto no número anterior, o Diretor Técnico da Unidade, articulando com os responsáveis da equipa multidisciplinar e Diretor Clínico:

- Elabora anualmente para aprovação da Direção um plano de formação para os diferentes grupos profissionais da Unidade, com base no levantamento de necessidades, privilegiando as ações que visem a participação conjunta da equipa multidisciplinar;
- Divulga ações de formação e outras oportunidades de aprendizagem e desenvolvimento de competências, quer dentro da Unidade, quer noutras instituições ou entidades;
- Veicula informação sobre assuntos técnico-científicos de interesse no âmbito da saúde e particularmente na área dos cuidados continuados integrados;
- Promove a realização de eventos técnico-científicos, envolvendo os profissionais da Unidade, tendo em vista a atualização e a partilha de conhecimentos;
- Realiza sessões formativas para o enquadramento da atividade voluntária, na perspetiva de colaboração gratuita e adequada de pessoas que disponibilizam o seu tempo para ajudar os utentes e familiares.

PLANO DE FORMAÇÃO 2026

DATA	TEMA	TEMPO DE FORMAÇÃO	DESTINATÁRIOS	FORMADOR
Fevereiro	Manuseamento de Extintores	3 horas	Todos os Colaboradores	Bombeiros Cabeceirenses
Abril	Plano de Segurança contra Incêndios	3 horas	Todos os Colaboradores	- Diretora Técnica - Manuela Rodrigues, - Feliciano Vaz
Julho	Plano de Contingência – Saúde Sazonal – Módulo Verão	2 horas	Todos os colaboradores	- Diretora Técnica
Novembro	Plano de Contingência - Saúde Sazonal – Módulo Inverno	2 horas	Todos os Colaboradores	- Diretora Técnica

Durante o ano de 2026, pretende-se manter a parceria estabelecida com o IEFP, para averiguar a possibilidade de ministrar formação prática em contexto de trabalho de elevada qualidade, proporcionando condições de aprendizagem de referência, facilitadoras do desenvolvimento e aquisição de competências técnicas, relacionais e organizacionais, fundamentais para o exercício da atividade profissional.

Formação externa

Para instaurar uma cultura de contante reflexão sobre a própria prática, é importante que se realize formação interna e externa.

Neste contexto, é cada vez mais relevante a melhoria do desempenho dos colaboradores de qualquer área, sendo fácil compreender que o desempenho dos profissionais com mais formação, ou experiência, são essenciais para a organização atingir os seus objetivos e é crítico para o sucesso da mesma.

Pretende-se com a formação externa, valorizar a imagem da Unidade e dos seus colaboradores nas mais variadas competências. À semelhança do que aconteceu nos anos

anteriores, os colaboradores desta UCC vão continuar a reforçar os seus conhecimentos através da participação em formações externas, congressos, palestras, workshops, entre outros eventos.

Ao se investir no desenvolvimento das suas próprias competências e nas competências dos colaboradores, esta instituição coloca-se na rota do sucesso através de uma melhoria significativa de desempenho a vários níveis:

- Desenvolvimento de habilidades e competências;
- Motivação, mobilização e trabalho em equipa;
- Delegação e feedbacks assertivos;
- Melhoria de relacionamentos interpessoais;
- Comunicação eficaz e assertiva;
- Minimização de conflitos;
- Melhoria de resultados.

Valorização profissional

- ✓ Elaboração/Apresentação dos Indicadores de qualidade da Unidade;
- ✓ Avaliação do Relatório do Inquérito de Satisfação dos colaboradores;
- ✓ Avaliação do Relatório do Inquérito de Satisfação dos utentes/cuidadores.

Plano interdisciplinar

PLANO INTERDISCIPLINAR 2026

MÊS	AÇÃO A DESENVOLVER	OBJETIVO DA ATIVIDADE	DESTINATÁRIOS	ÁREA
<i>Janeiro</i>	Terapia em grupo (Reeducação postural global + cinesioterapia para tratamento de patologias profissionais)	- Melhorar o bem-estar em geral dos colaboradores	Todos os Colaboradores	Reabilitação (fisioterapeutas, psicomotricista, terapeuta ocupacional e terapeuta da fala)
<i>Março</i>	Sessão de esclarecimento e capacitação de procedimentos legais a realizar com familiares	- Intervir em nível preventivo, antepondo-se às consequências de um	Todos os Colaboradores	Social (Assistentes sociais)

		determinado fenómeno, evitando causas de desajuste		
<i>Maio</i>	Distribuição de <i>flyers</i> sobre alimentação saudável	- Contribuir para a melhoria dos hábitos alimentares de colaboradores	Todos os Colaboradores	Nutricionista
<i>Julho</i>	Sessões de relaxamento e gestão de stress para profissionais	- Proporcionar momentos de conforto e de bem-estar	Todos os Colaboradores	Psicologia
<i>Setembro</i>	Dinâmica de grupo	- Favorecer a capacidade de agregar valor e gerar confiança nos colaboradores	Todos os Colaboradores	Enfermagem
<i>Outubro</i>	Sessão de esclarecimento sobre organização de trabalho	- Manter a organização no ambiente de trabalho	Todos os Colaboradores	Administração (Rececionistas, técnica de aprovisionamento)
<i>Novembro</i>	Visualização de um filme	- Capacitar para o cuidar	Todos os Colaboradores	Auxiliares

Estágios

O estágio constitui uma oportunidade para os estudantes aperfeiçoarem e desenvolverem competências resultantes das aprendizagens efetuadas ao longo do seu percurso académico. Através de um modelo de aprendizagem baseado na observação e experiência direta, o estágio visa os seguintes objetivos e competências:

- a) Desenvolver uma compreensão mais ampla da natureza diversa dos contextos, práticas e modalidades de intervenção inerentes à prática;
- b) Fomentar competências de observação e identificação das especificidades dos contextos e dos papéis em que se desenvolvem atividades;
- c) Promover o aperfeiçoamento de competências interpessoais e de comunicação, indispensáveis à prática profissional, incluindo o trabalho em equipa multidisciplinar;
- d) Desenvolver competências de articulação entre os conhecimentos teóricos e práticos;


- e) Reconhecer a relevância da investigação e do estado da arte para o contínuo aperfeiçoamento dos conhecimentos e práticas profissionais;
- f) Promover a identificação e compreensão dos alvos e objetivos de avaliação, diagnóstico, e integração da informação para o delinear da intervenção;
- g) Desenvolver competências de identificação e utilização de métodos e instrumentos de avaliação;
- h) Refletir acerca de implementar estratégias de intervenção devidamente sustentadas com base em avaliação prévia, ajustadas às problemáticas identificadas e aos objetivos da intervenção;
- i) Promover a capacidade crítica, considerando aspetos éticos e deontológicos.

Pretende-se que os estudantes desenvolvam competências de observação prática dos profissionais que orientam o estágio, bem como que exercitem, sob supervisão, as principais tarefas do profissional que desenvolve a atividade em contextos de avaliação e intervenção. É também objetivo fundamental que os estudantes sejam proativos na reflexão e apresentação de novas propostas, para alcançar os objetivos da instituição, realizadas em regime de supervisão. Em consonância com as necessidades e objetivos da instituição de estágio, o estagiário pode ainda colaborar em atividades de investigação científica, na instituição de acolhimento.

Aos coordenadores de estágio são incumbidas as seguintes atividades:

- Planear o ensino;
- Elaborar o mapa de distribuição dos alunos;
- Decidir quais os trabalhos a realizar pelos estudantes, atendendo ao contexto e nível de formação em que se encontram;
- Organizar e atualizar documentos;
- Selecionar orientadores internos que pela sua formação e experiência profissional se adequem ao ensino clínico em questão;
- Promover reuniões, definindo: regras para a orientação dos estudantes, dias de presença, número de visitas por estudantes, datas e regras para envio de feedback ao coordenador;
- Fornecer documentos para que fiquem registadas informações importantes sobre o ensino;
- Proceder ao lançamento da classificação final dos estudantes.

Os estudantes têm responsabilidades em contexto de estágio nesta UCC:

- 
- Conhecer os regulamentos internos e os procedimentos em vigor na Instituição;
 - Desenvolver as atividades de acordo com o seu estágio de aprendizagem com dedicação e rigor, contribuindo para a boa imagem da Instituição e da Escola/Instituto;
 - Cuidar da sua imagem pessoal respeitando as regras estabelecidas e utilização de uniforme;
 - Considerar as orientações gerais experienciadas no ensino clínico/ estágio e específicas de cada um dos contextos clínicos;
 - Conhecer as competências adquirir/desenvolver e os respetivos resultados de aprendizagem;
 - Produzir, em sentido pró-ativo, um planeamento individual do seu ensino clínico/ estágio em cada contexto;
 - Procurar o esclarecimento de dúvidas e de fontes de informação;
 - Participar na prestação de cuidados, mobilizando os saberes teóricos e teórico-práticos de todos os anos prévios, em favor do entendimento da problemática e da adequação dos cuidados com as pessoas assistidas e respetivas famílias;
 - Participar nas atividades da equipa (reuniões, formações, etc.), sempre que adequado;
 - Produzir os elementos destinados à aprendizagem e respetiva autoavaliação formativa e sumativa em cada contexto, cumprindo os prazos acordados com o docente;
 - Manter o docente orientador informado acerca do ocorrido em estágio, através do envio do cronograma durante a primeira semana, partilhando atividades, reflexões e incidentes ocorridos e comunicando alterações do previamente enviado;
 - Assegurar o sigilo, reserva de imagem e confidencialidade dos dados de pessoas e instituições obtidos ao longo do estágio.



















Esta Unidade aceita no próximo ano estágios em áreas distintas:

- ❖ Apoio psicossocial;
- ❖ Psicologia;
- ❖ Enfermagem;
- ❖ Técnico auxiliar de saúde.

1.2. ESPAÇOS DE CONVÍVIO E LAZER/CABECEIRAS DE BASTO + IGUAL | PROGRAMA DE DINAMIZAÇÃO DOS ECL'S

Para o ano de 2026, pretende-se dar continuidade ao trabalho de proximidade com a população em situação de maior vulnerabilidade biopsicossocial, principalmente com a população idosa, tendo como principal objetivo promover o envelhecimento ativo e saudável, de forma a estimular a autonomia, independência, bem-estar e qualidade de vida.

Portanto, o serviço prestado deverá basear-se numa planificação rigorosa para que diariamente decorram atividades no período da tarde, de segunda a sexta, totalmente gratuitas, nos dezoito espaços dispersos pelo concelho, como se pode verificar na tabela abaixo.


União de Freguesias de Alvite e Passos	 ECL de Alvite  ECL de Petimão  ECL de Passos
União de Freguesias do Arco de Baúlhe e Vila Nune	 ECL do Arco de Baúlhe  ECL de Vila Nune
Junta de Freguesia de Abadim	 ECL de Abadim
Junta de Freguesia de Basto	 ECL de Basto
Junta de Freguesia de Cabeceiras de Basto	 ECL de Cabeceiras de Basto
Junta de Freguesia de Cavez	 ECL de Arosa  ECL de Moimenta
Junta de Freguesia da Faia	 ECL da Faia
Junta de Freguesia de Pedraça	 ECL de Pedraça
Junta de Freguesia de Riodouro	 ECL de Cambeses  ECL de Eiró
Junta de Freguesia de Outeiro	 ECL de Outeiro
Junta de Freguesia de Painzela	 ECL de Painzela
Junta de Freguesia de Refojos	 ECL de Refojos  ECL de Cucana

As atividades de caráter inovador do projeto “Cabeceiras de Basto + Igual | Programa de Dinamização dos Espaços de Convívio e Lazer” permitirá melhorar o programa de atividades, salvaguardando-se o envelhecimento ativo como fator importante que percebe a envelhecer como um projeto de vida, garantindo autonomia na velhice e, sobretudo, fazendo parte de uma sociedade, na qual os idosos possam ocupar os seus tempos livres.

	ATIVIDADES	Periodicidade
Atividades Gerais	Ginástica Geriátrica	Semanal
	Hidroginástica Sénior	Semanal
	Animação Musical	Quinzenal
	Nutrição	Mensal
	Apoio/Acompanhamento Psicológico	Mensal
	Festas de Aniversário Convívios Temáticos	Mensal
	Rastreios de Saúde e ações de sensibilização (PMAC)	Mensal
	Serviço de Audiologia	Semestral
	Comemorações Iniciativas	Mensal
Cabeceiras de Basto + Igual Programa de Dinamização dos ECL's	Proximidade pelo Autocuidado Pedicure Terapêutica	Mensal
	Mais Vida Exercício, saúde e bem-estar Boccia	Quinzenal
	Mais Vida Exercício, saúde e bem-estar Caminhadas	Semestral
	Mente Ativa Estimulação Cognitiva	Mensal
	Mente Ativa Chave de Afetos Dinâmicas de Grupo	Mensal
	Oficina Criativa Expressão de Afetos - Oficina de Música	Quinzenal
	Oficina Criativa Expressão de Afetos	Trimestral
	Cerâmica Pintura Azulejaria	
	Oficina Criativa Expressão de Afetos - Reciclagem de plástico	Semestral
	Inclusão de Saberes Intergeracionais	Mensal
	Ser Companhia Visitas Inclusivas	Mensal
	Iniciativas Cabeceiras de Basto + Igual Comunidade Amiga da Inclusão	Mensal


Para além das atividades programadas mensalmente, pretende-se cumprir um plano de atividades, para o ano de 2026, que seja a orientação de todo o trabalho a desenvolver naqueles espaços, de forma a assinalar as comemorações com maior criatividade, empenho e satisfação.

PLANO DE ATIVIDADES 2026		
Mês	Comemorações	Objetivo
janeiro	Dia de Reis (06.01.2026)	Visitar instituições para cantar os reis e promover um momento de convívio.
	Dia Internacional do Riso (18.01.2026)	Promover o bem-estar emocional através de humor e descontração.
	Encontro de Cantares das Janeiras (data a definir)	Reviver tradições e incentivar a recolha e recriação dos cantares das janeiras.
fevereiro	Dia Mundial da Rádio (13.02.2026)	Reconhecer este meio de comunicação como acessível e poderoso para a liberdade de expressão e a diversidade cultural.
	Dia do Amor (14.02.2026)	Reconhecer a importância dos afetos, em qualquer idade e circunstância.
	Festa de Carnaval (17.02.2026)	Demonstrar a importância do convívio carnavalesco.
março	Dia Mundial da Audição (03.03.2026)	Conscientizar sobre a importância da saúde auditiva e promover cuidados auditivos ao longo da vida.
	Dia Mundial da Obesidade (04.03.2026)	Conscientizar sobre prevenção e tratamento da obesidade, de forma a combater o estigma e a desinformação.
	Dia Internacional da Mulher (08.03.2026)	Reconhecer a importância do papel da mulher na sociedade, com a realização da Semana do autocuidado, de forma a incentivar a práticas regulares de autocuidado físico e emocional.
	Dia Mundial dos Direitos do Consumidor (15.03.2026)	Ação de sensibilização para garantir proteção ao consumidor, assegurando que os seus direitos são respeitados.
	Dia do Pai (19.03.2026)	Salientar a importância da figura paterna no meio familiar.



	Dia Internacional da Felicidade (20.03.2026)	Promover o bem-estar coletivo e individual.
	Dia Mundial da Saúde Oral (20.03.2026)	Sensibilizar para a importância de hábitos de higiene oral.
	Dia Mundial da Árvore (21.03.2026)	Demonstrar a importância das árvores no meio ambiente e saúde.
	Dia Mundial da Poesia (21.03.2026)	Valorizar a criação poética, com o incentivo à leitura e escrita, assim como preservar as tradições orais e promover novas formas de poesia.
	Dia Mundial do Teatro (27.03.2026)	Promover o resgate de memórias e o exercício da imaginação, incentivando os idosos a participar de atividades teatrais que favoreçam a expressão e a socialização.
abril	Páscoa (05.04.2026)	Identificar a importância desta época religiosa.
	Dia Mundial da Atividade Física (06.04.2026)	Reconhecer a importância da atividade física na 3. ^a idade, para o bem-estar biopsicossocial.
	Dia Mundial da Saúde (07.04.2026)	Reconhecer a importância de hábitos saudáveis e rastreios precoces.
	Dia Mundial da Arte (15.04.2026)	Valorizar a expressão artística e criativa, promovendo a difusão, a valorização da arte, a inovação e a diversidade cultural.
	Dia da Liberdade (25.04.2026)	Assinalar esta data comemorativa do 25 de abril.
	Dia Mundial da Dança (29.04.2026)	Reconhecer a dança como atividade física, que promove o exercício corporal e o bem-estar mental.
maio	Dia do Trabalhador (01.05.2026)	Promover o convívio e a recriação de trabalhos agrícolas relacionados com a sementeira do milho.
	Dia da mãe (03.05.2026)	Valorizar a figura materna na família.
	Dia Internacional da Família (15.05.2026)	Reconhecer a importância da família no acompanhamento dos idosos.
	Dia Mundial da Reciclagem (17.05.2026)	Sensibilizar para a reciclagem de resíduos que desempenha um papel crucial na promoção de práticas sustentáveis, mitigando o impacto dos resíduos nos recursos naturais.
	Dia Nacional da Luta Contra a Obesidade (23.05.2026)	Sensibilizar a população para o problema da obesidade e das doenças associadas, assim como das implicações da obesidade na saúde, principalmente incentivar a adoção de hábitos alimentares saudáveis.

junho	Dia Mundial do Ambiente (05.06.2026)	Conscienciar para a proteção do ambiente e para atitudes que contribuam para um planeta mais sustentável, verificando a sua importância para o bem-estar biopsicossocial.
	Dia Mundial da Consciencização da Violência contra a Pessoa Idosa (15.06.2026)	Dar a conhecer formas de violência nos idosos e a defesa possível.
	Dia Internacional do Yoga (21.06.2026)	Promover o equilíbrio entre o corpo e a mente, fomentar técnicas de relaxamento e consciência corporal.
	Santos Populares	Promover convívios entre diferentes ECL's, para celebrar estas datas festivas.
julho	Dia Internacional do Autocuidado (24.07.2026)	Incentivar práticas regulares de autocuidado físico e emocional.
	Comemoração do dia Mundial dos Avós (26.07.2026)	Reconhecer a importância do papel dos avós na sociedade.
	Dia Internacional do Amigo (30.07.2026)	Fortalecer laços sociais e combater a solidão.
agosto	Intercâmbios	Intercâmbios entre ECL'S.
	Dia Mundial da Fotografia (19.08.2026)	Estimular a participação ativa dos idosos na construção de registos fotográficos, incentivando a autonomia, expressão criativa e a integração com o grupo.
setembr	o Feira e Festas de S. Miguel	Participação nas várias iniciativas que integram o programa da Feira e Festas de S. Miguel.
outubro	Comemoração do Dia Mundial do Idoso (01.10.2026)	Valorizar a pessoa idosa, promovendo a sua inclusão social, reconhecimento, participação ativa e bem-estar global.
	Dia Mundial da Música (01.10.2026)	Incentivar a participação ativa dos idosos em atividades musicais, promovendo a criatividade, expressão e integração com o grupo.
	Dia Mundial da Saúde Mental (10.10.2026)	Sensibilizar para a importância da sua mental.
	Dia Mundial da Alimentação (16.10.2026)	Reconhecer a importância da alimentação equilibrada e saudável na população mais velha.



	Dia das Bruxas (Halloween) (31.10.2026)	Proporcionar momentos de diversão e criatividade, através de atividades temáticas relacionadas com o Halloween.
novembro	Dia Mundial do Cinema (05.11.2026)	Estimular o acesso à cultura e às produções cinematográficas, promovendo reflexão, apreciação estética e enriquecimento cultural dos idosos.
	Dia de São Martinho (11.11.2026)	Celebrar tradições populares, promovendo o convívio e a partilha.
	Dia do Pensamento Positivo (13.11.2026)	Estimular o pensamento positivo e esperança.
	Participação no Encontro de Quadras de S. Martinho (a definir)	Reviver tradições e incentivar a recolha e recriação dos cantares do S. Martinho.
dezembro	Dia do Abraço (07.12.2026)	Promover afeto, conforto emocional e pertença.
	Dia Internacional dos Direitos Humanos (10.12.2026)	Sensibilizar para os direitos fundamentais de todas as pessoas, incentivando o respeito, a igualdade e a dignidade humana.
	Festa de Natal	Promover o espírito natalício entre os utentes dos ECL's, com um momento de confraternização e animação.

Por fim, está prevista a realização de ações de formação para os/as colaboradores/as, de forma a melhorar os serviços prestados nestes equipamentos, como se pode verificar na seguinte tabela:

Designação da ação	Proposta de calendarização	N.º horas	Formador/a interno/externo
Higiene e desinfeção dos espaços	fevereiro 2026	3h	Enfermagem
Comunicação eficaz e assertiva/ Resolução de conflitos	abril 2026	3h	Psicóloga
Técnicas de animação sociocultural	maio 2026	3h	Educadora Social
Primeiros Socorros	outubro 2026	3h	Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários Cabeceirenses
Primeiros Socorros Psicológicos	novembro 2026	3h	Psicóloga
		15h	

1.3. POSTO MÓVEL DE ATENDIMENTO AO CIDADÃO (PMAC)

O serviço do **Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão** tem como objetivo facilitar o acesso da população a direitos, serviços e informações sociais, promovendo a inclusão social e o exercício pleno da cidadania. No concelho de **Cabeceiras de Basto**, uma região com características rurais e marcada pela dispersão populacional, esta medida assume particular relevância, pois permite aproximar os serviços públicos das comunidades locais, garantindo o acesso a apoios e informações que, de outro modo, seriam de difícil obtenção.

Para além do atendimento em áreas administrativas e sociais, o Posto Móvel desempenha também um papel importante e fundamental na **promoção da saúde**. Através da articulação com as **unidades de saúde locais**, este serviço pode facilitar o **agendamento de consultas**, o **acesso a informações sobre programas de prevenção e rastreio**, e a **divulgação de campanhas de vacinação e educação para a saúde**. Em zonas mais isoladas, esta proximidade é essencial para garantir que todos os cidadãos, independentemente da sua localização, tenham acesso a cuidados básicos e informação de qualidade sobre a sua saúde e bem-estar.

Desta forma, o Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão contribui não só para a **redução das desigualdades territoriais**, mas também para o **reforço da coesão social e da qualidade de vida** da população de Cabeceiras de Basto.

Posto isto, a equipa técnica do PMAC vem propor a continuidade deste serviço como resposta às crescentes e justas exigências da população, principalmente a mais idosa, com maior grau de vulnerabilidade, dificuldade de mobilidade e isolamento, propondo-se que no próximo ano seja dada continuidade às seguintes atividades:

1. Angariação/sensibilização para novos utentes

- Divulgação através dos meios comunicação social dos respetivos itinerários e do dia em que a equipa está presente;
- Tentar divulgação junto do Pároco da freguesia do dia em que a equipa vai estar presente pela mesma, visto que ainda existe uma elevada percentagem sem acesso a meios digitais;

- Pedir colaboração com Presidentes de Junta ou alguém que conheça bem as mesmas para visitar as diferentes freguesias e apresentar/divulgar o projeto com intuito de novas paragens e a maior adesão da população.

2. Atendimento Social e Cidadania

- Prestar informações sobre programas de apoio social e projetos comunitários;
- Apoiar na atualização de dados pessoais e na renovação de documentos de identificação;
- Promover ações de sensibilização sobre direitos e deveres do cidadão.

3. Apoio Administrativo e de Proximidade

- Apoiar no preenchimento de formulários e requerimentos dirigidos a diferentes serviços públicos;
- Disponibilizar informações sobre serviços municipais e iniciativas locais;
- Facilitar o contacto com outras entidades públicas (Segurança Social, Finanças, IEFP, etc.).

4. Promoção da Saúde, Bem-Estar e Prevenção da doença

- Apoiar no **agendamento de consultas médicas** e exames complementares;
- Divulgar **campanhas de vacinação, rastreios e prevenção de doenças**;
- Disponibilizar **informações sobre transportes e serviços de emergência médica**;
- Colaborar com **profissionais de saúde locais** para identificar situações de risco ou isolamento;

- Desenvolver **ações de educação para a saúde** sobre temas como alimentação saudável, atividade física, saúde mental, higiene pessoal e prevenção de consumo de álcool e tabaco;
- Ensinos sobre prevenção de **quedas** no domicílio;
- Ensinos sobre prevenção de **úlceras de pressão** em utentes com baixa mobilidade/dependente no autocuidado de posicionar;
- Orientar na **gestão de regime terapêutico** (dietético, exercício e medicamentoso);
- Controlo de dor e outros sintomas;
- Ensinos para a promoção do autocuidado.

5. Avaliação e acompanhamento de Saúde

- Realizar **medições de Tensão arterial, glicemia capilar, peso corporal, ácido úrico, níveis de oxigénio (SpO2) e frequência cardíaca.**
- Efetuar **avaliações do estado nutricional e orientações personalizadas;**
- Identificar **situações de risco ou sinais de agravamento de doenças crónicas** e encaminhar para consulta médico de família ou serviço de urgência;
- Acompanhar utentes com **doenças crónicas** (diabetes, hipertensão, insuficiência cardíaca, etc.), reforçando a adesão ao tratamento.
- Administração **de vacinas**, nomeadamente vacina da gripe em articulação com equipas locais;
- Realizar **tratamento de feridas** e/ou articular com centro de saúde para possível encaminhamento;

6. Apoio ao Idoso e à População Vulnerável

- Fazer **visitas e avaliações de saúde a pessoas idosas ou isoladas** em zonas rurais;
- Acompanhar **pessoas com mobilidade reduzida** ou dependência, verificando condições de autocuidado e segurança no domicílio articulando com as equipas competentes no município;

- Identificar **situações de solidão, negligência ou violência doméstica**, comunicando-as aos serviços competentes;
- Promover atividades de **estimulação cognitiva e social** com as equipas competentes no município.

Pretende-se com o posto móvel promover a **inclusão social**, a **igualdade de oportunidades** e o **exercício pleno da cidadania**, funcionando como um elo entre a comunidade e as diversas entidades públicas. Além do atendimento administrativo e social, pretende-se que o posto móvel desempenhe um papel determinante e prioritário na **promoção da saúde e do bem-estar**, com a intervenção da equipa que o constitui e com a articulação com os serviços de saúde locais.

Em suma, o Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão é uma medida de **proximidade e solidariedade**, que contribui para a **redução das desigualdades territoriais**, o **fortalecimento da coesão social** e a **melhoria da qualidade de vida** da população de Cabeceiras de Basto.

Em 2026 a Basto Vida pretende acrescentar à dinamização do Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão as seguintes campanhas de sensibilização, servindo o referido Posto Móvel como meio de sensibilização para a saúde comunitária:

- Campanhas de divulgação e temas de prevenção (entrega em mãos e postando nas redes sociais da Basto Vida):

-Publicações mensais para o Facebook- 12 textos curtos (1 por mês), com mensagem, imagem sugestiva e hashtags adaptadas às campanhas do Posto Móvel da Basto Vida;

-Cartaz (tamanho A5) a entregar mensalmente pelo Posto Móvel, sensibilizando para o tema da Campanha mensal.

Janeiro:

Objetivo: Prevenção da gripe e reforço da imunidade.

Tema: Sensibilizar para importância da vacinação, hidratação e alimentação rica em frutas e legumes de inverno.

Mensagem: Agasalhe-se bem, beba muita água e, se o médico recomendar, vacine-se. Cuidar da saúde é começar o ano com força!

Ações: Medir tensão arterial e temperatura.

Identificar sintomas iniciais de infeções respiratórias.

Reforçar a importância da adesão à vacinação

Mensagem-Chave: Comece o ano a cuidar de si!

Fevereiro:

Objetivo: Promover a saúde cardiovascular.

Tema: Sensibilizar para uma alimentação com menos sal e gorduras, controlo da tensão arterial, caminhada leve diária.

Ações: realizar medições de tensão arterial e glicemia;

Registar os resultados e dar aconselhamento breve (“Procure o enfermeiro se tiver valores acima de...”).

Mensagem: Cuidar do coração é simples: menos sal, mais sorrisos e mais movimento.

Mensagem-Chave: Um coração saudável bate com alegria todos os dias!

Março:

Objetivo: Promover a Saúde mental e emocional.

Tema: Sensibilizar para o bem-estar emocional, valorizando o convívio, a partilha e a rotina diária como formas de cuidar da mente e do coração.

Incentivar momentos de pausa, tranquilidade e respiração consciente, reforçando a importância de manter uma atitude positiva perante a vida.

Ações: pequenos exercícios de respiração e relaxamento.

Mensagem: Sensibilizar para a importância do convívio, das rotinas e da partilha; pequenos exercícios de respiração e relaxamento.

Mensagem-Chave: Cuidar da mente também é cuidar da saúde.

Abril:

Objetivo: promover os benefícios do movimento diário, exemplos de alongamentos e caminhadas seguras.

Tema: Atividade física adaptada.

Ações: Demonstrações de alongamentos simples (de pé ou sentados, com apoio, para segurança).

Desafio do movimento: incentivar cada utente a realizar 10 a 15 minutos de movimento por dia (passeio, varrer, dançar, esticar os braços).

Mensagem: Promover a importância de manter o corpo ativo, de forma segura e adequada, para preservar a autonomia e a qualidade de vida.

Mensagem-chave: Mover o corpo é manter a vida em movimento.

Maior:

Objetivo: Sensibilizar a população sénior para a importância de cuidar da saúde do coração, promovendo hábitos de vida saudáveis, prevenção e bem-estar, através de ações de proximidade e convívio.

Tema: Coração Ativo, Vida com Mais Ritmo

Ações: Distribuição de folhetos com conselhos práticos para um coração saudável na terceira idade.

Rastrear de saúde: verificação da tensão arterial, glicemia e peso corporal.

Mensagem: Cuidar do coração é cuidar de si — todos os dias contam para viver melhor

Mensagem-chave: Um coração saudável mantém a vida em movimento!

Junho:

Objetivo: Promover a Hidratação e proteção solar.

Tema: Sensibilizar para cuidados a ter com o calor, evitar horas de maior exposição, uso de chapéu e água frequente.

Ações: Sessões sobre cuidados com o sol;

Incentivar para beber água mesmo sem sede;

Mensagem: Beba água mesmo sem sede, evite o sol forte e descanse em locais frescos. O calor pede cuidado!

Mensagem-Chave: Proteger-se do sol é proteger a sua saúde.

Julho:

Objetivo: Promover a boa ventilação dos espaços, evitar o fumo e poeiras, e reforçar a imunidade através de hábitos saudáveis.

Tema: Sensibilizar para a Saúde respiratória e prevenção de infeções. Cuidar dos pulmões é essencial para manter a energia e o bem-estar, especialmente nas épocas de calor ou poeira. Respirar ar limpo, manter os ambientes ventilados e cuidar da alimentação ajudam a fortalecer o organismo e a prevenir doenças.

Ações: Sessões de sensibilização sobre como ventilar as casas e evitar o ar abafado.

Demonstrações de respiração lenta e profunda, para relaxar e melhorar a capacidade pulmonar.

Conversa no Posto Móvel: alertar para os riscos do tabaco, fumo doméstico e poeiras.

Mensagem: Respirar bem é viver melhor — cuidar dos pulmões é cuidar da vida. Evite o fumo, areje a casa e mantenha hábitos saudáveis todos os dias.

Mensagem-chave: Respirar é viver — cuide dos seus pulmões.

Agosto:

Objetivo: Promover a estimulação cognitiva e o exercício da memória, reforçando a importância de manter a mente ativa e curiosa ao longo da vida.

Tema: Estimulação cognitiva e memória.

Atividades simples — como jogos, música, leitura e conversas — ajudam a exercitar o cérebro, despertar boas lembranças e manter o pensamento vivo e ágil.

Ações: jogos de memória, leitura, música e recordações positivas.

Entrega do folheto “Memórias que aquecem o coração”, com exercícios simples para estimular a mente em casa.

Mensagem: Valorizar as memórias é dar continuidade à nossa história. Cada lembrança é um tesouro e um exercício de amor pela vida.

Mensagem-chave: Recordar é viver, aprender é renovar.

Setembro:

Objetivo: Ajudar os idosos a perceber a importância de dormir bem para manter a saúde, o bom humor e a energia do dia a dia.

Tema: Promover boas rotinas de sono e descanso.

Ações: Sessão prática de respiração lenta e alongamentos suaves (sentados ou de pé, com apoio).

Ensinar a inspirar profundamente e expirar devagar para aliviar o stress.

Distribuir um pequeno cartão com 7 dias da semana, onde os utentes marcam com um símbolo se dormiram bem ou mal.

Na semana seguinte, conversar brevemente sobre o que melhorou

Mensagem: Dormir bem é cuidar de si. Um sono tranquilo dá mais força, energia e alegria para viver cada dia.

Mensagem-chave: Uma boa noite de sono é o melhor remédio para o dia seguinte.

Outubro:

Objetivo: Promover o envelhecimento ativo, incentivando hábitos saudáveis, segurança no dia a dia e o uso responsável da medicação.

Tema: Envelhecer bem é participar, cuidar-se e continuar a aprender todos os dias

Ações: Sessões práticas sobre o uso da medicação

Explicar a importância de tomar os medicamentos nos horários certos.

Alertar para não interromper nem duplicar doses sem orientação médica.

Distribuir um pequeno organizador de comprimidos.

Conversas sobre prevenção de quedas

Mostrar como organizar a casa para evitar tropeções (tapetes, iluminação, calçado).

Exercícios leves de equilíbrio e mobilidade (com apoio, em segurança).

Mensagem: Envelhecer é continuar a viver com alegria, segurança e autonomia. Cada dia é uma nova oportunidade para cuidar de si e partilhar a sua sabedoria.

Mensagem-chave: Viver bem é manter-se ativo, seguro e feliz em todas as idades.

Novembro:

Objetivo: Promover a prevenção das infeções respiratórias, reforçando a importância da vacinação, da proteção contra o frio e da ventilação dos espaços.

Tema: Sensibilizar para a saúde respiratória e os cuidados com o frio.

Com a chegada do tempo frio, é importante proteger o corpo e cuidar dos pulmões. A prevenção é o melhor remédio: vacinar-se, agasalhar-se bem e manter a casa arejada ajudam a evitar gripes e pneumonias.

Ações: Campanha "Vacinar é cuidar"

Informar sobre a importância da vacina da gripe e da pneumonia.

Entregar panfletos simples com locais e datas de vacinação.

Parceria com a UCC ou Centro de Saúde para esclarecer dúvidas.

Mensagem: Proteger-se do frio é proteger a saúde. Respirar bem é viver melhor — cuide dos pulmões com carinho e atenção.

Mensagem-chave: A prevenção é o melhor remédio, proteja os seus pulmões

Dezembro:

Objetivo: Promover o bem-estar emocional, o convívio e a solidariedade entre os idosos, reforçando a importância das relações humanas e do apoio mútuo

Tema: Combater a solidão e valorizar os afetos e o espírito comunitário.

Ações: Incentivar os utentes a escrever mensagens ou postais de amizade para outros seniores.

Reforçar a ideia de que conviver é cuidar da saúde.

Mensagem: O melhor presente é estar presente. Partilhar tempo, sorrisos e carinho faz bem ao coração e à alma.

Mensagem-chave: O maior presente é sentir-se acompanhado

1.4. “OUVIR CABECEIRAS DE BASTO ” - SERVIÇOS DE AUDIOLOGIA

A intervenção **serviço de audiologia** no Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão de **Cabeceiras de Basto** tem como finalidade **promover a deteção precoce, o acompanhamento e a prevenção de perturbações auditivas** na população local, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e para o reforço da inclusão social.

Atendendo às características demográficas do concelho — com uma percentagem significativa de pessoas idosas e residentes em áreas rurais de difícil acesso —, este serviço assume particular relevância, ao **garantir a proximidade de cuidados especializados** que, de outro modo, seriam de difícil obtenção.

Objetivos Específicos

- Realizar **rastreios auditivos** gratuitos à população, com especial foco em grupos de risco (idosos, trabalhadores expostos a ruído, crianças em idade escolar);
- Proceder à **avaliação inicial da função auditiva** e ao encaminhamento de casos suspeitos para consulta de especialidade em Otorrinolaringologia;
- Promover **ações de sensibilização e educação para a saúde auditiva**, abordando a prevenção da perda de audição e o uso responsável de dispositivos sonoros;

Atividades Previstas

- Realização periódica de **rastreios auditivos itinerantes** em freguesias rurais;
- **Avaliação audiométrica básica** através de equipamento portátil adequado;
- **Sessões de informação e aconselhamento** sobre cuidados com a audição;
- Encaminhamento para **avaliação especializada** quando identificadas alterações significativas;

Impacto Esperado

O serviço de audiologia no Posto Móvel reforça o papel do projeto como **instrumento de proximidade e equidade no acesso aos cuidados de saúde**, contribuindo para a **deteção precoce de patologias**, a **promoção do envelhecimento ativo** e a **diminuição das desigualdades territoriais em saúde**.

1.5. PROGRAMA “MEDICAMENTOS SOCIAIS”

O Município de Cabeceiras de Basto, consciente da importância de garantir o acesso universal à saúde e atento às dificuldades crescentes que afetam as famílias em situação de vulnerabilidade económica, mantém o compromisso de desenvolver políticas sociais que promovam a inclusão, a dignidade e o bem-estar dos seus munícipes. Neste contexto, e em estreita colaboração com a Basto Vida- Serviços de Ação Social, o Município tem vindo a

implementar o **Programa dos Medicamentos Sociais**, uma medida que visa apoiar os cidadãos economicamente desfavorecidos na aquisição dos medicamentos que lhes são prescritos, permitindo-lhes, assim, cumprir devidamente os tratamentos e melhorar a sua qualidade de vida.

A conjuntura socioeconómica atual continua a revelar-se desafiante, com um aumento do número de famílias que enfrentam dificuldades em satisfazer necessidades básicas, incluindo o acesso à medicação. A falta de recursos financeiros leva, muitas vezes, à escolha entre a compra de medicamentos e outras despesas essenciais, o que compromete a saúde e a estabilidade social. O Programa dos Medicamentos Sociais surge, por isso, como uma resposta essencial de proximidade, centrada nas pessoas, que promove a igualdade de acesso aos cuidados de saúde e contribui para a coesão social do concelho.

O **Plano de Atividades 2026** pretende dar continuidade ao trabalho já desenvolvido, consolidando as boas práticas existentes e introduzindo melhorias nos processos de acompanhamento e monitorização. Durante o ano de 2026, o programa continuará a assegurar o apoio à aquisição de medicamentos, reforçando simultaneamente a articulação entre o Município, a Basto Vida, o Centro de Saúde de Cabeceiras de Basto e as diversas instituições sociais locais. Pretende-se aumentar o número de beneficiários apoiados, melhorar os mecanismos de avaliação socioeconómica e desenvolver novas ações de literacia em saúde, com o objetivo de capacitar os cidadãos para uma gestão mais responsável da sua saúde e medicação.

Entre as ações a desenvolver durante o ano de 2026, destaca-se a revisão e atualização do regulamento interno do programa, de forma a adequar os critérios de elegibilidade às novas realidades sociais. Será igualmente promovida a reavaliação dos processos ativos, garantindo a atualização regular dos dados socioeconómicos dos beneficiários e uma gestão mais rigorosa e transparente dos apoios concedidos. Ao longo do ano, serão realizadas campanhas e sessões de sensibilização sobre temas relevantes, como a diabetes, a hipertensão, os cuidados básicos de saúde e o uso racional dos medicamentos, contando com a colaboração do Centro de Saúde e de técnicos especializados.

Outra prioridade para 2026 será o reforço das parcerias com as farmácias locais, com vista a facilitar o acesso dos beneficiários aos medicamentos comparticipados e a simplificar os procedimentos de aquisição. Este trabalho em rede permitirá uma resposta mais célere, eficaz e humanizada. No final do ano, será elaborado um relatório de execução e avaliação do programa, analisando os resultados obtidos, o número de pessoas apoiadas, o montante

global dos apoios concedidos e o impacto do programa na adesão terapêutica e no bem-estar da população abrangida.


A concretização deste plano exige a mobilização de diversos recursos humanos, financeiros e logísticos. Contará com o envolvimento das equipas técnicas da Basto Vida e do Município, dos técnicos de ação social e de saúde, bem como com o apoio das estruturas locais e das farmácias aderentes. Os recursos financeiros serão assegurados através da dotação inscrita no orçamento municipal para 2026 e de eventuais participações ou apoios complementares provenientes de parceiros locais.

A execução do programa será objeto de monitorização contínua e de avaliação semestral, de modo a garantir a eficiência das ações e a aferir o cumprimento dos objetivos estabelecidos. Serão considerados indicadores como o número total de beneficiários, o volume de apoios atribuídos, o nível de satisfação dos utentes e os resultados obtidos nas ações de literacia em saúde. Esta avaliação permitirá ajustar estratégias e reforçar os aspetos mais eficazes da intervenção.

O **Programa dos Medicamentos Sociais** representa uma medida de grande importância social, afirmando o compromisso do Município de Cabeceiras de Basto e da Basto Vida na defesa dos direitos fundamentais dos cidadãos, em particular o direito à saúde. Através deste Plano de Atividades para 2026, as entidades promotoras reafirmam a sua dedicação à construção de uma comunidade mais solidária, justa e saudável, onde todos os munícipes possam aceder aos cuidados de saúde de que necessitam, com dignidade e igualdade de oportunidades.

1.6. FESTA DE NATAL DOS ESPAÇOS DE CONVÍVIO E LAZER

Pretende-se continuar a realizar a iniciativa "*Festa de Natal dos Espaços de Convívio e Lazer*", uma vez que esta é uma das mais representativas para os utentes, envolvidos pelo espírito da época natalícia. Considerada como um momento de festa da "grande família" que se constrói diariamente nestes equipamentos, para além da participação ativa de todos os utentes, pretende-se o envolvimento da família e da população em geral, proporcionando um momento especial, onde está subjacente o verdadeiro significado do Natal.



Esta ação tem como principal objetivo promover a participação pró-ativa dos utentes, sempre envolvidos pelo espírito natalício, num momento de confraternização intergeracional, evidenciando o espírito de interajuda, partilha e solidariedade.

1.7. PARCERIAS E COOPERAÇÃO INSTITUCIONAL

A Basto Vida sempre manifestou uma total abertura e proximidade com a comunidade, com os parceiros e com todas as partes interessadas, posicionando-se como um elemento dinamizador e promotor de práticas de parceria e cooperação.

Assim, iremos manter e aprofundar as seguintes parcerias e acordos de cooperação:

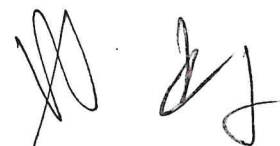
1.7.1. REDE SOCIAL

A Basto Vida, enquanto entidade parceira do Programa Rede Social em Cabeceiras de Basto, pretende continuar a trabalhar afincadamente para que se atinja uma consciência coletiva dos problemas sociais e se mobilize os meios necessários para lhes responder, numa perspetiva de conjugação de esforços e de otimização de recursos para o território de Cabeceiras de Basto, articulando interesses, partilhando responsabilidades, definindo prioridades, consensualizando objetivos e concertando ações.

Iremos, mais uma vez, apresentar a Basto Vida como um parceiro preferencial no âmbito da concretização das ações a definir e a aprovar, em Plano de Ação da Rede Social de Cabeceiras de Basto, para o ano de 2026, orientando-se por uma metodologia de investigação-ação, numa lógica de planeamento estratégico participado e integrado.

1.7.2. PARTICIPAÇÃO NA COMISSÃO DE PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS DE CABECEIRAS DE BASTO

Esta Régie Cooperativa pretende continuar a apoiar ativamente o trabalho direto com crianças e famílias realizado pela Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Cabeceiras de Basto.



Considerando as problemáticas associadas à infância e juventude, que colocam em causa o bem-estar bio-psicossocial de muitas famílias do concelho, torna-se premente agir de forma atempada, visando a resolução/atenuação da problemática numa fase precoce.

Neste sentido, esta Régie Cooperativa continuará a disponibilizar técnicos que integrem a modalidade restrita da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Cabeceiras de Basto e apoie na dinamização das atividades plasmadas no Plano de Atividades da mesma.

1.7.3. PARTICIPAÇÃO NA COMISSÃO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO DE PESSOAS IDOSAS DE CABECEIRAS DE BASTO

Enquanto parceira da Comissão Municipal de Proteção de Pessoas Idosas, pretende a Basto Vida continuar a contribuir de forma empenhada e dedicada para que esta Comissão cumpra os seus propósitos no âmbito da promoção da melhoria da qualidade de vida dos idosos e adultos dependentes de Cabeceiras de Basto, através da articulação, informação e promoção dos direitos e proteção das pessoas idosas, de forma a garantir o seu bem-estar, dignidade e qualidade de vida.

A Basto Vida pretende, uma vez mais, apresentar-se como um parceiro preferencial no âmbito do acompanhamento processual e na concretização das ações a definir e a aprovar, em Plano de Ação da Comissão Municipal de Proteção de Pessoas Idosas de Cabeceiras de Basto, para o ano de 2026.

1.7.4. PARTICIPAÇÃO NO BANCO LOCAL DE VOLUNTARIADO DE CABECEIRAS DE BASTO/DINAMIZAÇÃO DA LOJA SOCIAL

Tendo por premissa o trabalho de proximidade, é objetivo continuar a integrar o Núcleo Local de Inserção, essencial para um melhor conhecimento e atualização do diagnóstico das famílias acompanhadas.

Paralelamente, e considerando o fenómeno do envelhecimento populacional, pretende-se colaborar ativamente no desenvolvimento de atividades de cariz social direcionadas para a

população idosa ou dependente, através do apoio à Comissão Municipal de Proteção de Pessoas Idosas de Cabeceiras de Basto.

Loja Social de Cabeceiras de Basto

A Loja Social de Cabeceiras de Basto tem como propósito consolidar e expandir a sua ação, garantindo apoio contínuo a famílias e indivíduos em situação de vulnerabilidade social, enquanto promove valores de solidariedade, voluntariado e responsabilidade cívica. Em estreita articulação com o Município e com parceiros locais, assegura a recolha, gestão e distribuição de bens essenciais de forma organizada, digna e eficaz.


No âmbito dos objetivos gerais, a Loja Social visa melhorar as condições de vida dos cidadãos socialmente mais desfavorecidos, suprir necessidades imediatas através da disponibilização gratuita de alimentos, vestuário, mobiliário e material ortopédico, e fomentar a participação da comunidade local no voluntariado e na responsabilidade social.

1. Objetivos Gerais

Nº	Objetivo	Descrição
1.1	Consolidação e expansão	Garantir apoio contínuo a famílias e indivíduos em situação de vulnerabilidade social.
1.2	Promoção de valores	Fomentar solidariedade, voluntariado e responsabilidade cívica.
1.3	Parcerias e gestão eficaz	Reforçar a articulação com o Município e parceiros locais na recolha, gestão e distribuição de bens essenciais.

2. Objetivos Específicos 2026

Nº	Objetivo Específico	Meta
2.1	Garantir a disponibilidade contínua de bens essenciais	Manter stock regular de alimentos, roupa, mobiliário e material ortopédico.
2.2	Reforçar a participação de empresas e particulares	Aumentar 20% o número de doadores face a 2025.
2.3	Promover programas de serviço comunitário	Integrar pelo menos 10 beneficiários em ações solidárias.
2.4	Melhorar o acompanhamento familiar	Atualizar 100% dos registos sociais dos agregados apoiados.
2.5	Desenvolver ações de sensibilização	Realizar 2 campanhas públicas de voluntariado e



Nº	Objetivo Específico	Meta
		solidariedade.

3. Plano de Ações e Atividades

Nº	Atividade	Descrição	Período	Responsáveis /Parceiros	Indicadores de Avaliação
1	Campanhas de Recolha de Bens Essenciais	Recolha de alimentos, vestuário, mobiliário e material ortopédico com voluntários e parceiros.	Maio Dezembro	Loja Social, Município, Escolas, IPSS	Nº de bens recolhidos / Nº de parceiros envolvidos
2	Distribuição de Bens às Famílias	Organização e entrega de bens conforme as necessidades de cada agregado.	Mensal	Equipa Técnica, Voluntários	Nº de famílias apoiadas / Grau de satisfação
3	Recrutamento e Formação de Voluntários	Angariação e capacitação de novos voluntários em atendimento e gestão de bens.	Janeiro a Junho	Loja Social, Município, Escolas	Nº de voluntários recrutados / Nº de ações de formação
4	Programas de Serviço Comunitário com Beneficiários	Envolvimento dos beneficiários em tarefas solidárias e de manutenção.	Ao longo do ano	Loja Social, Beneficiários, IPSS	Nº de beneficiários integrados / Horas de serviço comunitário
5	Campanhas de Sensibilização Comunitária	Ações junto de escolas, empresas e comunidade sobre solidariedade e partilha.	Maio e Outubro	Loja Social, Agrupamentos Escolares, Empresas	Nº de ações / Nº de participantes
6	Gestão e Atualização de Registos Familiares	Criação e manutenção de fichas sociais completas, com	Permanente	Equipa Técnica	Nº de registos atualizados / Nº de visitas efetuadas

Nº	Atividade	Descrição	Período	Responsáveis /Parceiros	Indicadores de Avaliação
		visitas regulares.			
7	Avaliação Trimestral das Atividades	Reuniões internas para monitorização e melhoria contínua das práticas.	Março, Junho, Setembro, Dezembro	Equipa Técnica	Relatórios trimestrais elaborados / Ajustes implementados
8	Divulgação e Comunicação Social	Publicação de campanhas e resultados nas redes sociais e site institucional.	Contínuo	Loja Social, Gabinete de Comunicação	Nº de publicações / Alcance das campanhas

4. Metas Quantitativas 2026

Meta	Valor Pretendido
Famílias apoiadas	≥ 50 agregados
Voluntários ativos	+20% face a 2025
Campanhas públicas	2 por ano
Avaliações trimestrais	4 realizadas

5. Avaliação e Monitorização

Ação	Frequência	Responsável
Reuniões de balanço interno	Trimestral	Coordenação da Loja Social
Relatórios de desempenho	Trimestral e anual	Equipa técnica
Ajustes e melhorias	Conforme resultados	Coordenação / Município

6. Conclusão

A Loja Social de Cabeceiras de Basto reafirma, em 2026, o seu compromisso com a **solidariedade, dignidade e inclusão social**, promovendo uma comunidade mais justa e participativa, com o envolvimento ativo de instituições, empresas e cidadãos.

1.8. PROJETO “CUIDAR+”

Introdução

O presente Plano Anual de Atividades tem como propósito orientar o desenvolvimento das ações e atividades a realizar com o público-alvo ao longo do ano de 2026. A sua elaboração baseia-se numa reflexão cuidadosa sobre as necessidades, interesses e potencialidades de cada pessoa envolvida, procurando criar respostas que promovam o bem-estar, a autonomia e a participação ativa na vida comunitária.

As atividades previstas neste plano têm como finalidade promover a qualidade de vida dos participantes, utilizando metodologias ativas, criativas e participativas. Estas iniciativas promovem a confraternização, o pensamento crítico, a autonomia e a descoberta de novas capacidades, respeitando sempre o ritmo e a singularidade de cada pessoa. Pretende-se, assim, proporcionar experiências significativas que contribuam para o bem-estar individual e coletivo, estimulando a participação ativa e o fortalecimento dos laços sociais.

As iniciativas e atividades foram organizadas em áreas distintas – comemorativa, informativa, mental, cultural e lúdico-recreativa – com o objetivo de facilitar a compreensão e o planeamento das mesmas. Apesar desta organização, todas as áreas são interdependentes e complementam-se, contribuindo para o desenvolvimento integral, equilibrado e contínuo dos participantes, considerando tanto os aspetos individuais quanto os coletivos.

Este plano serve como guia orientador para o trabalho a desenvolver pelas equipas envolvidas, promovendo uma intervenção articulada, coesa e centrada nas pessoas. Todas as atividades são pautadas por valores que respeitam a singularidade de cada um, valorizando a inclusão e a aprendizagem contínua. Cada ação é guiada por princípios que consideramos fundamentais: responsabilidade, integridade, partilha, curiosidade, criatividade, cidadania e participação ativa na comunidade. Desta forma, procuramos não apenas promover o desenvolvimento pessoal e social, mas também criar um ambiente acolhedor, motivador e integrado na realidade de cada pessoa.

A realização das ações e atividades propostas neste plano poderão ser influenciadas por fatores internos e/ou externos, que condicionem o seu desenvolvimento. Por esse motivo, este plano mantém uma natureza flexível e

dinâmica, permitindo ajustes ao longo do ano, sempre que se revelem necessários. Tais adaptações poderão decorrer de acontecimentos imprevistos ou da integração de novas propostas e iniciativas, resultantes das parcerias formais e informais estabelecidas com a comunidade.

Parcerias e Colaboração de Entidades

Algumas das ações e atividades previstas neste plano serão desenvolvidas em articulação com instituições locais e outros parceiros externos, cuja colaboração é fundamental para o fortalecimento das redes comunitárias e para o alcance dos objetivos propostos. Seguidamente, apresentam-se as entidades e colaboradores com os quais se prevê estabelecer e dinamizar estas parcerias.

- Agrupamento de escolas de Cabeceiras de Basto
- Associação Refúgio do Cuidador
- Câmara Municipal de Cabeceiras de Basto
- Cruz Vermelha de Cabeceiras de Basto
- Cruz Vermelha do Arco de Baúlhe
- Comissão de Proteção Crianças e Jovens de Cabeceiras de Basto
- Comissão Municipal de Proteção de Pessoas Idosas de Cabeceiras de Basto
- Radar Social
- Juntas de Freguesia de Cabeceiras de Basto
- Farmácias
- Segurança Social (Delegação Cabeceiras de Basto)
- Unidade de Saúde Familiar de Cabeceiras de Basto
- Projeto “Bast@s”

Trabalho em Rede com os Serviços da Comunidade

O **Cuidar+** dá continuidade ao trabalho em rede já desenvolvido, reforçando a cooperação com a Segurança Social, o Centro de Saúde e outras entidades parceiras. Mantém-se igualmente aberto à criação de novas colaborações que possam enriquecer as iniciativas locais e responder de forma mais eficaz às necessidades identificadas.

O fortalecimento de parcerias existentes e o estabelecimento de novas sinergias permitem partilhar saberes, otimizar recursos e desenvolver respostas conjuntas, mais integradas e ajustadas à realidade local. As atividades de carácter psicossocial promovem o acesso a recursos essenciais e estimulam a participação ativa da comunidade.

Estas parcerias constituem um pilar fundamental para a identificação de desafios, a criação de estratégias colaborativas e a melhoria contínua das práticas profissionais, reforçando valores como a cidadania, a cooperação, a inclusão e o sentido de pertença comunitária.

Sistema de Intervenção

1º eixo

Necessidades	Objetivos Gerais	Objetivos específicos	Estratégias de intervenção	Recursos	Atividades
Apoio a indivíduos de vulnerabilidade social	Melhorar processos de apoio social, avaliando o impacto nas famílias e indivíduos vulneráveis	Identificação de necessidades, expectativas e principais problemas Levantamento e avaliação de necessidades psicológicas e sociais Acompanhamento psicológico	Parcerias: - Câmara Municipal de Cabeceiras de Basto - CPCJ - CLD'S 5G - Cruz vermelha - Juntas de Freguesia - Comissão de Proteção de Pessoas Idosas de Cabeceiras de Basto - Centro de Saúde - Segurança Social	Utentes Psicólogos/as	Transporte e acompanhamento a consultas Acompanhamento psicológico Orientação para obtenção de apoios
Apoio ao idoso	Promoção do envelhecimento ativo e saudável	Reduzir as comorbilidades associadas a	Parcerias: - Câmara Municipal de	Famílias Utentes Técnicos de	Parcerias com juntas de freguesia para identificação dos

		<p>idade</p> <p>Apoiar ao nível da medicação</p> <p>Combater o isolamento e exclusão social</p> <p>Ações de motivação para o envelhecimento saudável</p> <p>Sensibilização para a prevenção de doenças</p>	<p>Cabeceiras de Basto</p> <p>- IPSS'S</p> <p>- Cruz Vermelha Portuguesa</p> <p>- Juntas de Freguesia</p>	<p>psicologia e social</p>	<p>idosos</p> <p>Estimulação cognitiva</p> <p>Visitas domiciliárias</p> <p>Acompanhamento psicossocial</p> <p>Palestras</p>
<p>Apoio a cuidadores (formais e informais)</p>	<p>Promover a capacitação, valorização e o bem-estar dos cuidadores</p>	<p>Analisar as necessidades dos cuidadores no contexto da sua atividade</p> <p>Analisar dinâmicas sociais para o processo de cuidar, em contexto domiciliário</p> <p>Valorizar o papel do cuidador</p> <p>Reforçar as competências emocionais</p>	<p>Parcerias:</p> <p>- Câmara Municipal de Cabeceiras de Basto</p> <p>- Cruz vermelha</p> <p>Juntas de Freguesia</p> <p>- Centro de Saúde</p> <p>- Segurança Social</p> <p>- Associação "Refúgio do Cuidador"</p> <p>- Agrupamento de escolas de Cabeceiras de Basto</p>	<p>Psicólogos/as</p> <p>Assistente social</p> <p>Mediadores comunitários</p>	<p>Criação de grupos de autoajuda exclusivos para idosas ou dependentes</p> <p>Criação de grupos de autoajuda específico para pais com crianças neurodivergentes</p> <p>Realização de Palestras para cuidadores em cuidadores de pessoas idosas ou dependentes</p> <p>Palestras temáticas sobre a parentalidade positiva, regulação emocional e comunicação familiar.</p> <p>Acompanhamento a consultas</p> <p>Acompanhamento psicológico</p> <p>Orientação para obtenção de</p>

					apoios Assinalar o "Dia do Cuidador "
--	--	--	--	--	--

Ações de Sensibilização com Cuidadores Formais, Informais e Familiares - 2026

Em 2026, será assegurada a continuidade do trabalho desenvolvido no apoio aos cuidadores informais, reconhecendo-se o impacto positivo e a relevância social que esta intervenção tem vindo a demonstrar na comunidade. A experiência adquirida nos últimos anos confirma que apoiar quem cuida é uma necessidade essencial e uma prioridade social, pelo contributo direto que tem para o bem-estar das famílias, para a coesão comunitária e para a promoção da saúde e da dignidade humana.

O projeto mantém uma abordagem centrada na pessoa, orientada pelas necessidades reais dos cuidadores e das pessoas cuidadas, integrando cuidados de saúde e apoio psicossocial definidos de forma participada e colaborativa. Pretende-se reforçar a sua autonomia, promover o equilíbrio emocional e contribuir para uma melhor qualidade de vida de todos os envolvidos no processo de cuidar.

A intervenção continuará a privilegiar a proximidade e a acessibilidade, adaptando-se às especificidades de cada território. As ações poderão decorrer ao domicílio, nas juntas de freguesia, na sede da Basto Vida ou em espaços cedidos pela Câmara Municipal, assegurando uma resposta flexível, descentralizada e adaptada às necessidades de cada cuidador.

O projeto baseia-se numa rede de solidariedade e cooperação, que integra autarquias, instituições de apoio social e voluntariado. Através desta articulação, continuará a promover-se a criação de serviços de proximidade, transportes solidários, apoios sociais e medidas de prevenção e proteção, com o objetivo de reduzir o isolamento, a sobrecarga física e emocional e o risco de exaustão associados à função de cuidar.

A equipa técnica responsável será composta por duas psicólogas e uma enfermeira, que asseguram o acompanhamento psicológico e o apoio em saúde, tanto em contexto domiciliário como nas instalações da Basto Vida. Sempre que necessário, será solicitada a colaboração da assistente social, garantindo uma intervenção mais completa, articulada e multidisciplinar.

Serão mantidos os grupos de apoio e partilha, espaços fundamentais para o fortalecimento emocional dos cuidadores e para o desenvolvimento de competências que lhes permitam lidar melhor com as exigências e desafios diários. Estes encontros abordarão temas relacionados com o autocuidado, a gestão do stress, a organização das rotinas e a valorização pessoal, promovendo momentos de reflexão e aprendizagem coletiva.

O apoio psicológico continuará a ser disponibilizado semanalmente na sede da Basto Vida, com possibilidade de realização por telefone ou no domicílio, e forma a garantir o acompanhamento de cuidadores com dificuldades na deslocação. Paralelamente, a enfermeira assegurará visitas domiciliárias e ações de capacitação, centradas na prevenção de riscos, na promoção da saúde e na implementação de boas práticas de cuidado.

Continuarão também a ser promovidos os Encontros de Trabalho entre a equipa técnica, os cuidadores e os representantes dos serviços de saúde e da segurança social. Estes momentos de diálogo e reflexão conjunta visam avaliar a evolução das intervenções, partilhar experiências e delinear estratégias de melhoria contínua.

O Banco Local de Voluntariado continuará a apoiar diretamente os cuidadores em situação de maior vulnerabilidade, através da disponibilização de bens essenciais, como alimentação e vestuário. Poderá ainda ser atribuída comparticipação parcial ou total da medicação às pessoas dependentes, mediante análise das condições socioeconómicas.

Serão realizadas reuniões quinzenais com a equipa Cuidar+ e reuniões trimestrais com a Unidade de Saúde Familiar e a Segurança Social, com o objetivo de avaliar o impacto das ações, definir prioridades e ajustar o planeamento de acordo com as necessidades identificadas.

No final de cada acompanhamento, será aplicado um questionário de avaliação e satisfação, que permitirá recolher contributos, identificar oportunidades de melhoria e reforçar a qualidade da intervenção.

Em suma, para 2026, reafirma-se o compromisso com a valorização dos cuidadores informais, promovendo a saúde mental e física, o bem-estar familiar e o fortalecimento das redes de apoio locais. O objetivo é claro: apoiar, capacitar e reconhecer quem cuida, contribuindo para uma comunidade mais solidária, informada e equilibrada, onde cuidar seja também um ato partilhado e valorizado por todos.

Visitas Domiciliares

As visitas domiciliares continuarão a ser desenvolvidas em 2026, dando continuidade à prática implementada em anos anteriores. Este tipo de intervenção tem-se revelado essencial, pois permite um contacto direto com o contexto familiar, social e ambiental dos cuidadores e das pessoas cuidadas, facilitando a compreensão dos fatores que influenciam o processo de saúde e bem-estar.

A visita ao domicílio constitui um momento privilegiado de observação, escuta e proximidade, que possibilita identificar as dinâmicas familiares, as condições de habitabilidade, os recursos e redes de apoio disponíveis. Este acompanhamento, permite ainda compreender de que forma cada elemento da família participa no processo de cuidado e recuperação.

De natureza preventiva, terapêutica e educativa, estas visitas são realizadas pela equipa multidisciplinar composta por duas psicólogas e uma enfermeira, e têm como principais objetivos:

- Assegurar a continuidade dos cuidados prestados no domicílio;
- Promover a autonomia e a melhoria da qualidade de vida das pessoas em situação de dependência, incapacidade ou vulnerabilidade;
- Reforçar as competências dos cuidadores informais e das famílias, fortalecendo o seu papel ativo na promoção da saúde e na gestão do quotidiano.

1.9- CONTRATO LOCAL DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL- 5^a GERAÇÃO (CLDS 5G)

O Contrato Local de Desenvolvimento Social 5.^a Geração (CLDS 5G) é uma intervenção territorial destinada a combater a pobreza e promover a inclusão social das populações mais vulneráveis. O projeto desenvolve-se ao longo de 48 meses e organiza-se em dois eixos de intervenção: **Eixo 1 – Emprego, Formação e Qualificação:** visa promover a procura ativa de emprego, a qualificação profissional, a integração social e pessoal de desempregados, a sensibilização de empregadores locais e o desenvolvimento de competências empreendedoras e inovadoras; **Eixo 4 – Desenvolvimento Social, Capacitação Comunitária e Intervenção em Cenários de Exceção:** centra-se no apoio a agregados familiares em situação de vulnerabilidade e na capacitação da comunidade e dos agentes locais para agir eficazmente em contextos de emergência social e cenários de exceção.

O Plano de Ação foi elaborado com base nos instrumentos de planeamento municipal existentes — como o Diagnóstico Social e o Plano de Desenvolvimento Social — e resultou também de um processo de auscultação junto de diversas entidades do território com responsabilidades na inclusão social e na promoção da coesão territorial.

O projeto estrutura-se para ser desenvolvido ao longo de quatro anos, com uma organização anual que permite o planeamento, a monitorização e a implementação faseada das atividades. O primeiro ano foi dedicado sobretudo à preparação e ao planeamento estratégico, sendo 2026 o ano de arranque efetivo da execução das atividades.

Assim, no âmbito de 2026, será implementado o conjunto inicial de iniciativas previstas, permitindo iniciar a consolidação das ações programadas nos eixos de intervenção. Segue abaixo as atividades:

	Atividade	Descrição	2026	Destinatários
EIXO 1	1 - Oficina de Competências	Programa de capacitação para desenvolvimento de competências pessoais, sociais e digitais, com workshops e mentoria para apoiar a inserção no mercado de trabalho.	Implementação de uma edição	Desempregados à procura do 1.º emprego; Desempregados à procura de novo emprego não DLD; Desempregados à procura de novo emprego DLD; Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	2 - Laboratório Imersivo de Reconversão de Competências	Programa de requalificação profissional com workshops práticos para atualização e adaptação de competências ao mercado de trabalho.	Implementação de uma edição	Desempregados à procura de novo emprego não DLD; Desempregados à procura de novo emprego DLD.
	3 - Centro de Recursos de Apoio ao Emprego	Suporte contínuo para acesso a ofertas de emprego/medidas ativas de emprego/estágios, com encaminhamento de candidatos e monitorização da inserção profissional	Operação contínua	Desempregados à procura do 1.º emprego; Desempregados à procura de novo emprego não DLD; Desempregados à procura de novo emprego DLD; Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	4 - Centro de Recursos de Apoio ao Empreendedorismo	Suporte contínuo para acesso a medidas e instrumentos de apoio ao autoemprego e empreendedorismo, com encaminhamento e monitorização de projetos.	Operação contínua	Desempregados à procura do 1.º emprego; Desempregados à procura de novo emprego não DLD; Desempregados à procura de novo emprego DLD; Pessoas com deficiência e/ou

				incapacidade; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	5 - Centro de Recursos de Apoio à Formação e Qualificação Profissional	Suporte contínuo para acesso a formação/qualificação profissional, com encaminhamento e acompanhamento dos candidatos	Operação contínua	Desempregados à procura do 1.º emprego; Desempregados à procura de novo emprego não DLD; Desempregados à procura de novo emprego DLD; Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	6 - Empresarial Talk	Ciclo de 6 encontros com empresários para sensibilizar sobre a inclusão profissional de grupos vulneráveis, culminando na construção e assinatura do Pacto Local de Empregabilidade; Posterior atribuição do Selo de Responsabilidade Social para premiar empresas inclusivas.	Implementação de quatro encontros	Desempregados à procura do 1.º emprego; Desempregados à procura de novo emprego não DLD; Desempregados à procura de novo emprego DLD; Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	7 - Cabeceiras Integra	Programa de capacitação profissional para migrantes, promovendo integração no mercado de trabalho local e desenvolvimento de competências valorizadas pelas empresas	Implementação de duas edições	Migrantes
	8 - Oficina de Empreendedorismo	Programa de capacitação empreendedora (palestras, workshops, coaching individualizado e networking), com o objetivo de desenvolver	Três palestras + dois workshops	Desempregados à procura do 1.º emprego; Desempregados à procura de novo emprego não DLD; Desempregados à procura de

		competências, conhecimentos e atitudes essenciais para a criação e desenvolvimento de projetos de empreendedorismo.		novo emprego DLD; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
Eixo 4	1 - Centro de Recursos Comunitário	Plataforma digital que reúne serviços e recursos locais (saúde, habitação, apoio social, educação), facilitando o acesso da comunidade a respostas de apoio.	Execução da fase 1 (planeamento e diagnóstico participativo) e da fase 2 (desenvolvimento da plataforma – versão inicial)	Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Migrantes; Pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	2 - Agir para Incluir	Desenvolvimento de atividades de natureza educativa, cultural, recreativa e social, destinadas a promover a participação plena e inclusiva de crianças em contexto escolar, especialmente daquelas provenientes de agregados familiares em situação de vulnerabilidade, com o objetivo de fomentar a igualdade de oportunidades e reforçar a inclusão.	Implementação da Oficina Móvel – “Olá Plast: Como Transformar Plásticos em Produtos Personalizados”: 9 sessões de 60 minutos, em 13 turmas do 1.º Ciclo (Arco, Cavez, Faia, Filomena Mesquita, Joaquim Santos e Pedraça).	Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Migrantes; Pessoas com vulnerabilidade económica e social; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	3 - EducaDiferenças	A Semana EducaDiferenças é uma iniciativa temática e participativa que ocorrerá ao longo de cinco dias consecutivos, envolvendo a comunidade educativa, instituições locais, organizações parceiras e a população em geral. Com ações distribuídas em diversos espaços — incluindo escolas, centros culturais, associações e espaços públicos — a semana visa promover o respeito às diferenças, a valorização da	Implementação de uma edição	Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Migrantes; Pessoas com vulnerabilidade económica e social; Outros grupos potencialmente vulneráveis.

		diversidade e a construção de uma cultura verdadeiramente inclusiva.		
	4 - EnvolveResponsabiliza	<p>A atividade EnvolveResponsabiliza visa criar e implementar um programa de voluntariado com foco na capacitação de grupos vulneráveis para a sua participação cívica ativa. O objetivo é promover a inclusão social desses grupos, permitindo-lhes adquirir competências e confiança para participarem de forma ativa na comunidade. O programa promove a coesão social, combate o estigma e valoriza os contributos dos participantes através de atividades práticas de voluntariado e capacitação.</p>	<p>Implementação do primeiro nível do programa (<i>Nível Estratégico</i>), que inclui o desenvolvimento das bases do programa e cujas etapas incluem: sessões de trabalho para elaboração da análise SWOT; sessões de auscultação e levantamento junto de stakeholders; sessões de trabalho para definição de estratégias e metas; sessões de trabalho para criação da visão e definição dos níveis de planeamento; sessões de trabalho para conceção do plano e cronograma de ação.</p>	<p>Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Migrantes; Pessoas com vulnerabilidade económica e social; Outros grupos potencialmente vulneráveis.</p>
	5 - Centro de Recursos para Emergência Social	<p>Criação de um manual prático, direto e acessível, que ofereça informações e orientações essenciais para pessoas em contextos de emergência social e cenários de exceção, adaptado à realidade do concelho e útil para grupos vulneráveis e agentes comunitários. O manual visa promover a preparação, ação rápida, articulação</p>	<p>Desenvolvimento das fases: <i>Planeamento</i> (levantamento de necessidades, mapeamento de recursos, definição de objetivos e público-alvo); <i>Estruturação</i> (organização dos módulos do manual, criação do índice e definição de formatos);</p>	<p>Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Migrantes; Pessoas com vulnerabilidade económica e social; Outros grupos potencialmente vulneráveis.</p>

		comunitária, autonomia das populações vulneráveis e coesão social.	<i>Redação</i> (elaboração do conteúdo dos módulos, com linguagem acessível e contextualizada ao concelho).	
	6 - Encontro para a Inclusão	Organização de um encontro anual, em parceria com entidades locais, com o objetivo de promover a partilha de conhecimentos e experiências na área da inclusão. O encontro visa disseminar boas práticas, fomentar redes de apoio colaborativas e gerar soluções sustentáveis para os desafios da inclusão.	Realização de um encontro	Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Migrantes; Pessoas com vulnerabilidade económica e social; Outros grupos potencialmente vulneráveis.
	7 - Capacitar para Intervir	Promoção de ações de capacitação para a utilização do Manual de Emergência Social criado para aplicação em contextos de emergência social e cenários de exceção (atividade 5 do eixo 4)	Em 2026, a atividade "Capacitar para Intervir" terá carácter preparatório, focando-se apenas no planeamento das futuras ações de capacitação, uma vez que o Manual de Emergência Social ainda estará em elaboração. Nenhuma ação de capacitação será realizada neste ano.	Pessoas com deficiência e/ou incapacidade; Migrantes; Pessoas com vulnerabilidade económica e social; Outros grupos potencialmente vulneráveis.

1.10- VIGILÂNCIA DE TRANSPORTES ESCOLARES

A Basto Vida será responsável pela dinamização da vigilância dos transportes escolares, assegurando os vigilantes para 13 percursos escolares.

ORÇAMENTO

O Orçamento é o plano financeiro estratégico de uma organização para determinado exercício. Em termos de contabilidade e finanças, é a expressão das receitas e despesas, relativamente a um período de execução, determinado, geralmente de forma anual.

Este orçamento foi ponderado e discutido e tem como princípio fundamental, a exemplo dos anos transatos, a contenção de custos e renegociação de contratos com as maiores despesas anuais, sempre que possíveis.

O orçamento da Basto Vida para 2026 tem como valores de referência os gastos e rendimentos registados até junho do ano de 2025.

Consideramos que este é um orçamento equilibrado e que ilustra de uma forma clara as preocupações da Direção da Basto Vida e a sua focalização na sustentabilidade financeira, sem descurar a qualidade dos serviços.

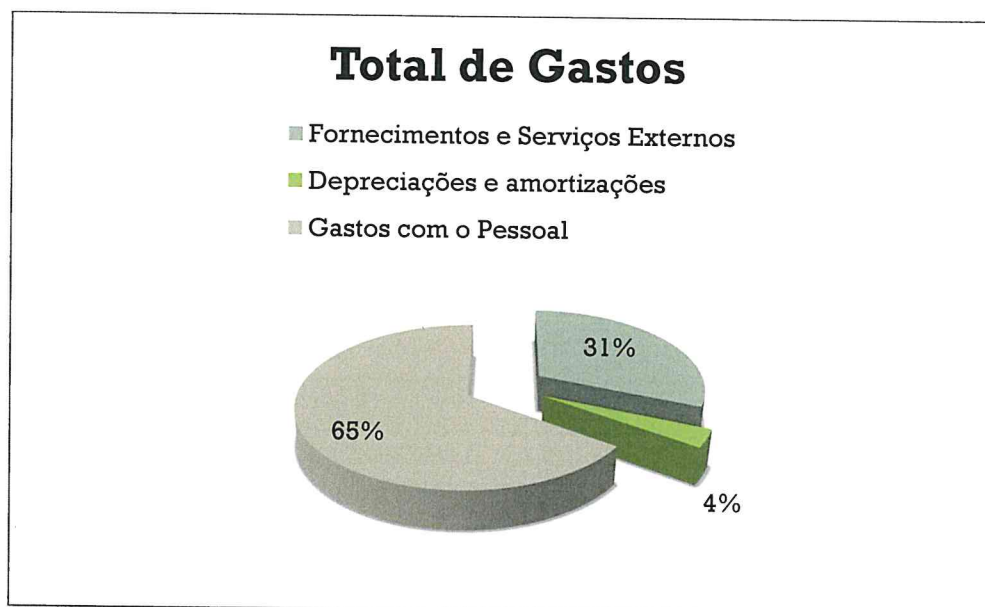
Assim, passamos a apresentar o orçamento de exploração previsional, com uma breve explicação de algumas rubricas que nos merecem destaque.

GASTOS

O total de gastos orçamentados ascende a **2.204.275,45€** (dois milhões, duzentos e quatro mil, duzentos e setenta e cinco euros e quarenta e cinco cêntimos), sendo que algumas rubricas se destacam.

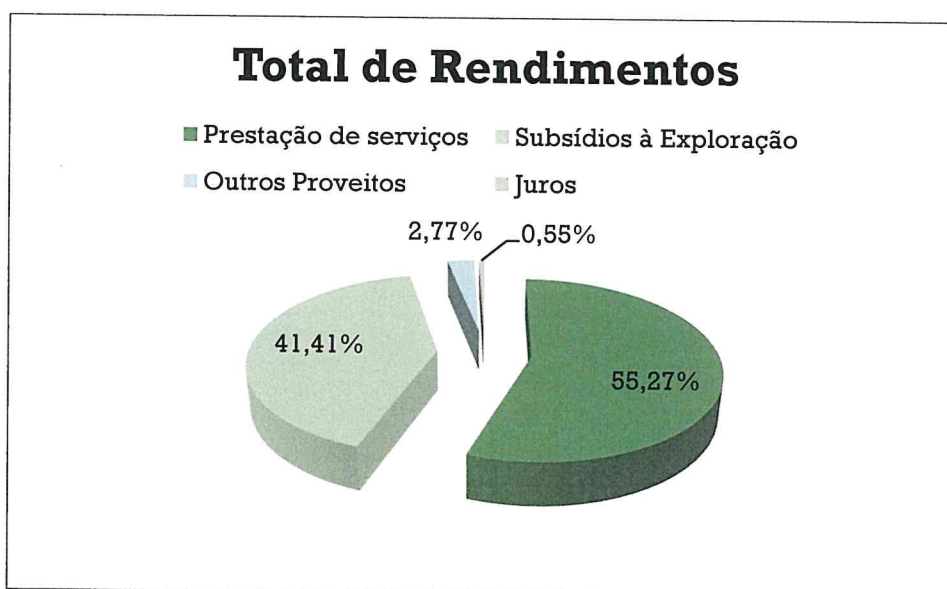
Na rubrica “**Fornecimento e Serviços Externos**” estimamos um valor de **683.720,51 €** (seiscentos e oitenta e três mil, setecentos e vinte euros e cinquenta e um cêntimos), fazendo parte desta rubrica materiais de uso clínico, medicamentos, higienização pessoal, conservação e reparação, serviços especializados, honorários, eletricidade, água, gasóleo, material de limpeza e outros.

Na rubrica de “**gastos com pessoal**” prevemos despendere a quantia de **1.443.329,35€**, (um milhão, quatrocentos e quarenta e três mil, trezentos e vinte e nove euros e trinta e cinco cêntimos) já que a Basto Vida presta diversos serviços de caráter social e de saúde, nomeadamente no funcionamento da Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Média Duração e Reabilitação, na dinamização dos diversos Espaços de Convívio e Lazer, no Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão, Projeto Cuidar + e alguns Projetos Cofinanciados.



RENDIMENTOS

No contexto em que a nossa Instituição se insere é de todo expectável que alguns fatores externos poderão influenciar uma variação de rendimentos. No entanto, o **total de rendimentos previstos ascende a 2.204.411,28€ (dois milhões duzentos e quatro mil, quatrocentos e onze euros e vinte e oito cêntimos, novecentos e setenta e três euros e noventa e três cêntimos)**, sendo a rubrica que mais se destaca a prestação de serviços que apresenta uma estimativa de **1.218.348,00€** (um milhão duzentos e dezoito mil e trezentos e quarenta e oito euros) **valor referente, maioritariamente, ao Contrato – Programa / Acordo para a Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Média Duração e Reabilitação, entre a ACSS, o Instituto da Segurança Social e a Basto Vida. Prevê-se um Resultado Líquido positivo de 135,83€.**



Em relação ao investimento, prevê-se a aquisição de equipamento básico, no valor de 10.000,00€.

CONCLUSÃO

A questão do controlo estratégico e da missão reveste-se de especial importância já que o seu objetivo é criar valor SOCIAL e não a obtenção do lucro. O papel da Basto Vida é o de elevar a capacidade de resposta às necessidades e carências sociais e de saúde.

Para 2026 perspetivamos um ano equilibrado na gestão e execução orçamental, assumindo o compromisso de racionalização dos recursos, mantendo os padrões de qualidade na prestação do serviço, garantindo uma perspetiva de valor nas atividades que empreendemos e, simultaneamente, olhar para a Basto Vida e para a sua ação numa dinâmica de sustentabilidade atual e futura.

Sem o apoio de todos em geral, e em particular da Câmara Municipal de Cabeceiras de Basto, a Basto Vida nunca teria chegado onde chegou e, acima de tudo não teria projetado o futuro com esperança e com o fortíssimo investimento que tem vindo a realizar na UCCI – Unidade de Cuidados Continuados Integrados.

Continuaremos atentos e vigilantes ao desenrolar dos problemas sociais que nos envolvem e não hesitaremos em reforçar as medidas que agora prevemos ou recorrer a outras, caso a situação assim o recomende.

Refira-se que todo o trabalho que propomos realizar, tem como base fundamental a promoção da qualidade de vida e da coesão social, assim como o incentivo e recurso a parcerias com outras entidades - Câmara Municipal de Cabeceiras de Basto, Juntas de Freguesia, o Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto, o Externato de S. Miguel de Refojos, a Associação de Pais e Encarregados de Educação do Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto, o Movimento Associativo, a Comunidade Educativa, entre outras instituições públicas e/ou privadas.



EXPLORAÇÃO PREVISIONAL E ORÇAMENTO

Demonstração de resultados por natureza

Entidade: Basto Vida - Serviços de Ação Social e Saúde, CIRL

Demonstração dos resultados por naturezas Previsional- 2026

RENDIMENTOS E GASTOS	2026	2025
Prestações de serviços	1 218 348,00 €	1 042 581,28 €
Transferências correntes e subsídios à exploração e subsídios correntes obtidos	912 840,76 €	784 416,50 €
Fornecimentos e serviços externos	- 683 720,51 € -	- 554 393,31 € -
Gastos com o pessoal	- 1 443 329,35 € -	- 1 385 391,80 € -
Outros rendimentos e ganhos	61 035,02 €	61 035,02 €
Outros gastos e perdas	-	- 1 719,44 €
Resultados antes de depreciações e gastos de financiamento	65 173,92 -	53 471,75 €
Gastos/reversões de depreciação e amortização	- 77 225,59 € -	- 76 515,84 €
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento)	- 12 051,67 € -	129 987,59 €
Juros e rendimentos similares obtidos	12 187,50 €	12 187,50 €
Juros e gastos similares suportados	-	-
Resultado antes de impostos	135,83 € -	117 800,09 €
Imposto sobre o rendimento	0,00	- €
Resultado líquido do período	135,83 € -	117 800,09 €

O Contabilista Certificado

Fátima Sandoz

A Direção

Sara Maria Amis
Luís de Almeida
Paulo António Ramos

BASTO VIDA - SERVIÇOS DE AÇÃO SOCIAL E CUIDADOS DE SAÚDE, CIPRL
BALANÇO PREVISIONAL

RUBRICAS	NOTAS		
		2026	2025
ATIVO			
Activo não corrente			
Ativos fixos tangíveis		1 853 756,08	1 920 981,67
Outros ativos financeiros			16 816,06
		1 853 756,08	1 937 797,73
Ativo Corrente			
Inventários			
Clientes, contribuintes e utentes		101 565,00	34 719,30
Devedores por transferências e subsídios reembolsáveis		321 308,72	263 708,72
Outras Contas a Receber		101 565,00	92 475,00
Caixa e depósitos		388 272,60	459 649,77
		912 711,32	850 552,79
Total do ativo		2 766 467,40	2 788 350,52
PATRIMÓNIO LÍQUIDO			
Património/capital		2 500,00	2 500,00
Reservas Legais		58 887,77	58 887,77
Reserva para a Educação Formação Cooperativa		58 887,77	58 887,77
Resultados transitados		1 060 999,35	1 178 799,44
Outras Variações no Património Líquido		1 339 487,68	1 394 459,46
		2 520 762,57	2 693 534,44
Resultado líquido do período		135,83	-117 800,09
Total do Património Líquido		2 520 898,40	2 575 734,35
Passivo			
Passivo não corrente			
Financiamentos obtidos			
		0,00	0,00
Passivo corrente			
Fornecedores		0,00	0,00
Estado e outros entes públicos		28 522,71	28 522,71
Financiamentos obtidos			
Outras contas a pagar		217 046,29	184 093,46
		245 569,00	212 616,17
Total do passivo		245 569,00	212 616,17
Total do Património Líquido e passivo		2 766 467,40	2 788 350,52
		0,00	0,00

O Contabilista Certificado

Fátima Sousa

A Direcção

Silvina Maria Silva
Luís António
Paulo António Rosa Pereira

Basto Vida

DEMONSTRAÇÃO INDIVIDUAL DOS FLUXOS DE CAIXA PREVISIONAL- 2026

RUBRICAS	NOTAS	PERÍODOS	
		2026	2025
Fluxos de caixa das atividades operacionais			
Recebimentos de clientes		915 290,00	929 321,40
Pagamentos a fornecedores		-683 720,51	-554 393,31
Pagamentos ao pessoal		-1 435 851,35	-1 170 184,47
Caixa gerada pelas operações		-1 204 281,86	-795 256,38
Outros recebimentos/Outros Pagamentos		1113901,13	513697,83
Fluxos de caixa das atividades operacionais (a)		-90 380,73	-281 558,55
Fluxos de caixa das atividades de investimento			
Pagamentos respeitantes a:			
Ativos fixos tangíveis		-10 000,00	-43 006,93
Investimentos Financeiros			
Recebimentos provenientes de:			
Investimentos Financeiros		16 816,06	0,00
Juros e rendimentos similares		12 187,50	12 187,50
Fluxos de caixa das atividades de investimento (b)		19 003,56	-30 819,43
Fluxos de caixa das atividades de financiamento			
Recebimentos provenientes de:			
Financiamentos obtidos			
Fluxo de caixa das atividades de financiamento ©		0,00	0,00
Variação de caixa e seus equivalentes (a+b+c)		-71 377,17	-312 377,98
Caixa e seus equivalentes no início do período		459 649,77	772 027,75
Caixa e seus equivalentes no fim do período		388 272,60	459 649,77
CONCILIAÇÃO ENTRE CAIXA E SEUS EQUIVALENTES E SALDO DE GERÊNCIA			
Caixa e seus equivalentes no início do período			
_Equivalentes a caixa no início do período		459 649,77	772 027,75
_Variações cambiais de caixa no início do período			
Saldo da gerência anterior		459 649,77	772 027,75
De execução orçamental		459 649,77	772 027,75
De operações de tesouraria			
Caixa e seus equivalentes no fim do período			
_Equivalentes a caixa no fim do período		388 272,60	459 649,77
_Variações cambiais de caixa no fim do período			
Saldo para gerência seguinte		388 272,60	459 649,77
De execução orçamental		388 272,60	459 649,77
De operações de tesouraria			

O Contabilista Certificado

Fátima Santos

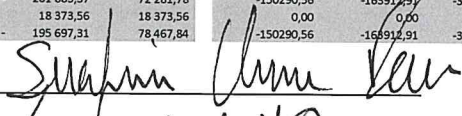
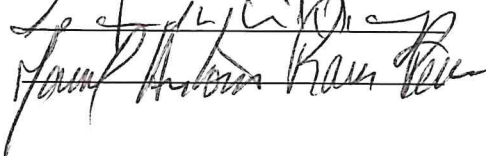
A Direção

Silvia Anna Rêgo

Leandra Vilhena

Paulo António Ramalho

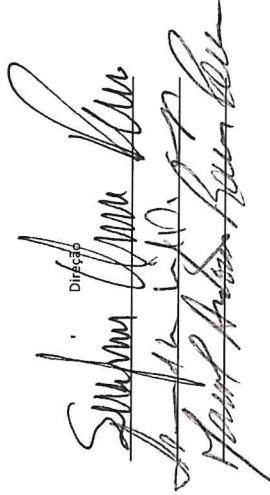
Rubrica	Designação	Orçamento 2026			Plano orçamental plurianual			
		Periodos anteriores	Periodo	Soma	2027	2028	2029	2030
	Receita corrente	302 687,86	1 889 165,78	2 191 853,64	1 973 520,45	1 964 145,72	1 832 182,02	1 691 558,38
R1	Receita fiscal	-	-	-	0	0	0	0
R11	Impostos diretos	-	-	-	-	-	-	-
R12	Impostos indiretos	-	-	-	-	-	-	-
R2	Contribuições para sistemas de proteção social e subsistemas de saúde	-	-	-	-	-	-	-
R3	Taxas, multas e outras penalidades	-	-	-	-	-	-	-
R4	Rendimentos de propriedade	-	-	-	-	-	-	-
R5	Transferências Correntes	160 654,36	912 840,76	1 073 495,12	914 082,30	902 588,69	768 501,88	625 750,89
R51	Administrações Públicas	160 654,36	912 840,76	1 073 495,12	914 082,30	902 588,69	768 501,88	625 750,89
R511	Administração Central - Estado	-	-	-	-	-	-	-
R512	Administração Central - Outras entidades	160 654,36	292 070,95	452 725,31	292 070,95	279 333,32	144 000,00	-
R513	Segurança Social	-	-	-	-	-	-	-
R514	Administração Regional	-	-	-	-	-	-	-
R515	Administração Local	-	620 769,81	620 769,81	622 011,35	623 255,37	624 501,88	625 750,89
R52	Exterior - UE	-	-	-	-	-	-	-
R53	Outras	-	-	-	-	-	-	-
R6	Venda de bens e serviços	142 033,50	915 290,00	1 057 323,50	1 059 438,15	1 061 557,02	1 063 680,14	1 065 807,50
R7	Outras receitas correntes	-	61 035,02	61 035,02	-	-	-	-
	Receita de capital	-	28 373,56	28 373,56	-	-	-	-
R8	Venda de bens de investimento	-	-	-	-	-	-	-
R9	Transferências de Capital	-	-	-	-	-	-	-
R91	Administrações Públicas	-	-	-	-	-	-	-
R911	Administração Central - Estado	-	-	-	-	-	-	-
R912	Administração Central - Outras entidades	-	-	-	-	-	-	-
R913	Segurança Social	-	-	-	-	-	-	-
R914	Administração Regional	-	-	-	-	-	-	-
R915	Administração Local	-	-	-	-	-	-	-
R92	Exterior - UE	-	-	-	-	-	-	-
R93	Outras	-	-	-	-	-	-	-
R10	Outras receitas de capital	-	16 186,06	16 186,06	-	-	-	-
R11	Reposição não abatidas aos pagamentos	-	-	-	-	-	-	-
	Receita efetiva [1]	302 687,86	1 905 351,84	2 208 039,70	1 973 520,45	1 964 145,72	1 832 182,02	1 691 558,38
	Receita não efetiva [2]	-	12 187,50	12 187,50	-	-	-	-
R12	Receita com ativos financeiros	-	12 187,50	12 187,50	-	-	-	-
R13	Receita com passivos financeiros	-	-	-	-	-	-	-
	Receita total [3]=[1]+[2]	302 687,86	1 917 539,34	2 220 227,20	1 973 520,45	1 964 145,72	1 832 182,02	1 691 558,38
	Despesa corrente	28 522,71	2 091 049,15	2 119 571,86	2 123 811,00	2 128 058,63	2 132 314,74	2 136 579,37
D1	Despesas com o pessoal	28 522,71	1 407 328,64	1 435 851,35	1 438 723,05	1 441 600,50	1 444 483,70	1 447 372,67
D11	Remunerações certas e permanentes	-	1 199 073,47	1 199 073,47	1 201 471,62	1 203 674,56	1 206 287,31	1 208 634,87
D12	Abonos variáveis ou eventuais	-	-	-	-	-	-	-
D13	Segurança social	28 522,71	208 255,17	236 777,88	237 251,44	237 725,94	238 201,39	238 677,79
D2	Aquisição de bens e serviços	-	683 720,51	683 720,51	685 087,95	686 458,13	687 831,04	689 206,71
D3	Juros e outros encargos	-	-	-	-	-	-	-
D4	Transferências correntes	-	-	-	0	0	0	0
D41	Administrações Públicas	-	-	-	0	0	0	0
D411	Administração Central - Estado	-	-	-	-	-	-	-
D412	Administração Central - Outras entidades	-	-	-	-	-	-	-
D413	Segurança Social	-	-	-	-	-	-	-
D414	Administração Regional	-	-	-	-	-	-	-
D415	Administração Local	-	-	-	-	-	-	-
D42	Instituições sem fins lucrativos	-	-	-	-	-	-	-
D43	Famílias	-	-	-	-	-	-	-
D44	Outras	-	-	-	-	-	-	-
D5	Subsídios	-	-	-	-	-	-	-
D6	Outras despesas correntes	-	-	-	-	-	-	-
	Despesa de capital	-	10 000,00	10 000,00	0	0	0	0
D7	Investimento	-	10 000,00	10 000,00	0	0	0	0
D8	Transferências de capital	-	-	-	0	0	0	0
D81	Administrações Públicas	-	-	-	0	0	0	0
D811	Administração Central - Estado	-	-	-	-	-	-	-
D812	Administração Central - Outras entidades	-	-	-	-	-	-	-
D813	Segurança Social	-	-	-	-	-	-	-
D814	Administração Regional	-	-	-	-	-	-	-
D815	Administração Local	-	-	-	-	-	-	-
D82	Instituições sem fins lucrativos	-	-	-	-	-	-	-
D83	Famílias	-	-	-	-	-	-	-
D84	Outras	-	-	-	-	-	-	-
D9	Outras despesas de capital	-	-	-	-	-	-	-
	Despesa efetiva [4]	28 522,71	2 101 049,15	2 129 571,86	2 123 811,00	2 128 058,63	2 132 314,74	2 136 579,37
	Despesa não efetiva [5]	-	-	-	0	0	0	0
D10	Despesa com ativos financeiros	-	-	-	-	-	-	-
D11	Despesa com passivos financeiros	-	-	-	-	-	-	-
	Despesa total [6]=[4]+[5]	28 522,71	2 101 049,15	2 129 571,86	2 123 811,00	2 128 058,63	2 132 314,74	2 136 579,37
	Saldo total [3] - [6]	274 165,15	- 183 509,81	90 655,34	-150290,56	-163912,91	-300132,72	-445020,99
	Saldo global [1] - [4]	274 165,15	- 195 697,31	78 467,84	-150290,56	-163912,91	-300132,72	-445020,99
	Despesa primária	28 522,71	2 101 049,15	2 129 571,86	2 123 811,00	2 128 058,63	2 132 314,74	2 136 579,37
	Saldo corrente	274 165,15	- 201 885,37	72 281,78	-150290,56	-163912,91	-300132,72	-445020,99
	Saldo de capital	-	18 373,56	18 373,56	0,00	0,00	0,00	0,00
	Saldo primário	274 165,15	- 195 697,31	78 467,84	-150290,56	-163912,91	-300132,72	-445020,99

Plano Plurianual de Investimentos

Objetivo	Número do projeto	Rubrica orçamental	Forma de Realização	Fonte de Financiamento				Datas		Fase de Execução	Realizado em períodos anteriores	Estimativa de realização do período t-1	Pagamentos				Total Previsto	
				RG	RP	EU	EMPR	Início	Fim				Ano t	Ano t+1	Ano t+2	Ano t+3		
Aquisição de Equipament o básico		07.01.10			10 000,00 €				01/01/2026	31/12/2026		10 000,00 €						10 000,00 €
			Total		10 000,00 €	- €	- €		Total			10 000,00 €	- €	- €	- €	- €	- €	10 000,00 €

Direção





Handwritten signature and initials.

IDENTIFICAÇÃO IPSS

DESIGNAÇÃO	Basto Vida - Serviços de Acção Social e Cuidados de Saúde - Cooperativa de Interesse Público de Responsabilidade Limitada				
NIF/NIPC	509519440	NISS	25095194402	TIPO	Régie-Cooperativa
MORADA DA SEDE	Praça da República, 299 - União de Freguesia de Refojos de Basto, Outeiro e Painzela, 4860-355 Cabeceiras de Basto				
TELEFONE	253 669 070	FAX	253 669 077	E-MAIL	basto.vida@gmail.com

DADOS ORÇAMENTO

ANO ECONÓMICO	2025	VERSÃO	Inicial
----------------------	------	---------------	---------

ATA ORGÃO DELIBERATIVO (ASSEMBLEIA GERAL)

DATA						
MEMBROS PRESENTES NA REUNIÃO	CARGO	Presidente	Tesoureiro	Secretário		
	NIF	148613527	178181145	203277660		

PARECER ORGÃO FISCALIZADOR (CONSELHO FISCAL)

DATA			DECISÃO	Favorável
MEMBROS PRESENTES NA REUNIÃO	CARGO	Presidente	Vogal	Vogal
	NIF	229746772	143857690	134503791

DADOS ATIVIDADE

N.º GLOBAL RESPOSTAS SOCIAIS /ESTABELECIMENTO COMPARTICIPADAS	0	N.º ORGÃOS SOCIAIS	
N.º GLOBAL RESPOSTAS SOCIAIS /ESTABELECIMENTO NAO COMPARTICIPADAS	0	REMUNERADOS	0
N.º GLOBAL ATIVIDADES/PROTOCOLOS	1	NÃO REMUNERADOS	11

PRINCIPAIS RESPOSTAS SOCIAIS /ESTABELECIMENTO COMPARTICIPADAS

TIPO RESPOSTA SOCIAL	N.º MÉDIO UTENTES	VALOR UNITÁRIO COMPARTICIPAÇÃO	VALOR MÉDIO UNITÁRIO FAMÍLIAS	RECEITA	N.º MÉDIO RECURSOS HUMANOS (FTE)	N.º MÉDIO VOLUNTÁRIOS (FTE)
				0,00		
				0,00		

PRINCIPAIS RESPOSTAS SOCIAIS /ESTABELECIMENTO NÃO COMPARTICIPADAS

TIPO RESPOSTA SOCIAL	N.º MÉDIO UTENTES	VALOR UNITÁRIO COMPARTICIPAÇÃO	VALOR MÉDIO UNITÁRIO FAMÍLIAS	RECEITA	N.º MÉDIO RECURSOS HUMANOS (FTE)	N.º MÉDIO VOLUNTÁRIOS (FTE)
Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão	1000	0,00	0,00	0,00	3	0
Espaços de Convívio e Lazer	350	0,00	0,00	0,00	23	0
Programa "Ouvir Cabeceiras de Basto"	350	0,00	0,00	0,00	1	0
Loja Social	37	0,00	0,00	0,00	2	0
Medicamentos Sociais	130	0,00	0,00	0,00	1	0
Projeto "Cuidar +"	95	0,00	0,00	0,00	6	0

ATIVIDADES / PROTOCOLOS

TIPO ATIVIDADE	N.º MÉDIO UTENTES	VALOR UNITÁRIO COMPARTICIPAÇÃO	VALOR MÉDIO UNITÁRIO FAMÍLIAS	RECEITA	N.º MÉDIO RECURSOS HUMANOS (FTE)	N.º MÉDIO VOLUNTÁRIOS (FTE)

IDENTIFICAÇÃO CONTABILISTA CERTIFICADO

NOME	Maria de Fátima Ribeiro da Mota Santos				
NIF	213614588	TELEFONE	253669070	TELEM	
N.º MEMBRO OTOC	57802	E-MAIL			



DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS

CLASSE 7 RENDIMENTOS		
CONTA	RUBRICA	2026
72	PRESTAÇÕES SERVIÇOS	1 218 348,00 €
721	OUTROS SERVIÇOS	1 218 348,00 €
75	SUBSÍDIOS À EXPLORAÇÃO	912 840,76 €
751	CONTRATO PROGRAMA	620 769,81 €
752	SUBSÍDIOS DE OUTRAS ENTIDADES	292 070,95 €
78	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	73 222,52 €
7888	OUTROS NÃO ESPECIFICADOS	73 222,52 €
	TOTAL RENDIMENTOS	2 204 411,28 €



DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS

[Handwritten signature]

CLASSE 6	GASTOS	
CONTA	RUBRICA	TOTAL
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS	683 720,51 €
622	SERVIÇOS ESPECIALIZADOS	448 092,66 €
6221	TRABALHOS ESPECIALIZADOS	231 891,50 €
6222	PUBLICIDADE E PROPAGANDA	- €
6224	HONORÁRIOS	209 442,00 €
6225	COMISSÕES	990,58 €
6226	CONSERVAÇÃO E REPARAÇÃO	5 768,58 €
623	MATERIAIS	127 514,38 €
6231	FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS DE DESGATE RÁPIDO	126 287,56 €
6232	LIVROS E DOCUMENTAÇÃO TÉCNICA	- €
6233	MATERIAL DE ESCRITÓRIO	1 226,82 €
624	ENERGIA E FLUIDOS	95 183,12 €
6241	ELETRICIDADE	36 660,46 €
6242	COMBUSTÍVEIS	53 721,12 €
6243	ÁGUA	4 801,54 €
625	DESLOCAÇÕES, ESTADAS E TRANSPORTES	- €
6251	DESLOCAÇÕES E ESTADAS	- €
626	SERVIÇOS DIVERSOS	12 930,35 €
6262	COMUNICAÇÃO	3 020,90 €
6263	SEGUROS	2 569,79 €
6266	CONTENCIOSO E NOTARIADO	320,00 €
6267	LIMPEZA, HIGIENE E CONFORTO	7 019,66 €
6268	OUTROS SERVIÇOS	- €
63	CUSTOS COM O PESSOAL	1 443 329,35 €
632	REMUNERAÇÕES DO PESSOAL	1 199 073,47 €
6321	REMUNERAÇÕES CERTAS	1 199 073,47 €
635	ENCARGOS SOBRE REMUNERAÇÕES	236 777,88 €
6352	PESSOAL	236 777,88 €
636	SEGUROS ACIDENTES TRABALHO E DOENÇAS PROFISSIONAIS	7 478,00 €
6372	PESSOAL	7 478,00 €
638	OUTROS GASTOS COM O PESSOAL	- €
6382	PESSOAL	- €
64	GASTOS DE DEPRECIAÇÃO E AMORTIZAÇÃO	77 225,59 €
642	ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS	77 225,59 €
68	OUTROS GASTOS E PERDAS	- €
688	OUTROS GASTOS E PERDAS	- €
	TOTAL GASTOS	2 204 275,45 €

CLASSE 8	RESULTADOS	
85	RESULTADOS ANTES IMPOSTOS	135,83 €
86	IMPOSTO RENDIMENTO EXERCÍCIO	- €
88	RESULTADO LÍQUIDO	135,83 €



FONTES DE FINANCIAMENTO

[Handwritten signature]

FINANCIAMENTO PÚBLICO - COMPONENTE EXPLORAÇÃO

ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	REGISTO CONTABILÍSTICO
		75 - EXPLORAÇÃO
IEFP, IP	Acordos de Cooperação	
	Protocolos	
	Programas	
	Fundos	
	Outros	
Autarquias	Acordos de Cooperação	
	Protocolos	
	Contrato Programa	620 769,81 €
	Fundos	
	Outros	
Ministério Segurança Social	Acordos de Cooperação	
	Protocolos	
	Programas	
	Fundos	292 070,95 €
	Outros	
TOTAL		912 840,76 €

FINANCIAMENTO PÚBLICO - COMPONENTE INVESTIMENTO

ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	REGISTO CONTABILÍSTICO	FLUXO FINANCEIRO
		59 - INVESTIMENTO	
Ministério da Economia	Programas		
	Fundos		
	Outros		
TOTAL		0,00	0,00



INVESTIMENTO

[Handwritten signature]

INVESTIMENTO MÉDIO E LONGO PRAZO	VALOR
Ativos Intangíveis	- €
Bens domínio público	- €
Goodwill	- €
Projetos de desenvolvimento	- €
Programas de Computador	- €
Propriedade Industrial	- €
Outras Ativos intangíveis	- €
Ativos Fixos Tangíveis	10 000,00 €
Bens domínio público	- €
Bens do Patrimônio Histórico e Cultural	- €
Terrenos e Recursos Naturais	
Edifícios e Outras Construções	
Equipamento Básico	10 000,00 €
Equipamento de Transporte	- €
Equipamento Administrativo	- €
Equipamento Biológicos	- €
Outros ativos fixos tangíveis	
Propriedades de Investimento	- €
Investimentos Financeiros	- €
Outros ativos Financeiros (não correntes detidos para venda)	- €
TOTAL INVESTIMENTO - MLP	10 000,00 €

INVESTIMENTOS EM CURSO	VALOR
Novas aquisições (compras e prestações serviços)	- €
Adiantamentos	- €
Trabalhos própria Entidade	- €
Transferência para Imobilizado pela conclusão obra (-)	- €
TOTAL INVESTIMENTO EM CURSO	- €

INVESTIMENTOS - CP	VALOR
Outros ativos Financeiros	- €
Outros passivos Financeiros	- €
TOTAL INVESTIMENTO - CP	- €

TOTAL NOVO INVESTIMENTO:	10 000,00 €
---------------------------------	--------------------

CONTRATO-PROGRAMA

Entre o **Município de Cabeceiras de Basto**, com sede na Praça da República, 467, 4860-355 Cabeceiras de Basto, com o número de Identificação Fiscal 505330334, neste ato representado pelo Presidente, Manuel António Teixeira, e a **BASTO VIDA – Serviços de Ação Social e Cuidados de Saúde, Cooperativa de Interesse Público de Responsabilidade Limitada**, com sede na Praça da República, n.º 299, 4860-355 Cabeceiras de Basto, neste ato representada pelo Presidente da Direção, Serafim China Pereira e pelo Tesoureiro da Direção, Leandro Vilela Campos, igualmente com poderes necessários para o efeito, é celebrado o presente Contrato-Programa que se rege pelas cláusulas seguintes:

Considerando que:

1. A BASTO VIDA tem como objeto principal a prestação de serviços de interesse geral e a promoção do acesso dos cidadãos a bens e serviços essenciais, designadamente apoio social e cuidados de saúde, na área do Município de Cabeceiras de Basto e no âmbito das atribuições e competências fixadas aos Municípios.
2. Constituem atribuições da BASTO VIDA:
 - a) Promoção do desenvolvimento das comunidades locais, integrado e sustentado, prevenindo situações de risco social, equilibrando os tipos de intervenção da ação social;
 - b) Apoiar as famílias garantindo as condições de exercício do seu papel num contexto de qualidade de vida, garantindo mínimos de sobrevivência económica e condições de bem-estar a todas as famílias;
 - c) Conceção e desenvolvimento de projetos de desenvolvimento local em domínios específicos de vulnerabilidade social;
 - d) Criação e dinamização de respostas sociais dirigidas para a terceira e quarta idade numa perspetiva de afirmação dos direitos de cidadania (centros de

- convívio, serviços de apoio domiciliário ou outras respostas de forma a desenvolver uma intervenção diferenciada capaz de dar resposta às necessidades que o processo de envelhecimento produz no percurso de vida);
- e) Criar e desenvolver respostas sociais de apoio às crianças e jovens, desenvolvendo funções várias de suporte das famílias (centros de apoio familiar nos equipamentos/Serviços de apoio e consultadoria à vida familiar);
 - f) Criação de serviços de apoio à inserção profissional face à vulnerabilidade dos jovens ao desemprego e à precariedade de emprego;
 - g) Desenvolvimento das valências locais e regionais;
 - h) Promoção e gestão de equipamentos coletivos e prestação de serviços de saúde;
 - i) Criação de estruturas e prestação de serviços de apoio a idosos, crianças ou cidadãos desfavorecidos;
 - j) Promover o envelhecimento ativo, designadamente através de idosos, voluntariado sénior e apoio a associações seniores;
 - k) Garantir o fornecimento de serviços ou a gestão de atividades;
 - l) Promover a saúde pública;
 - m) Prevenir e combater a toxicodependência;
 - n) Promover os investimentos necessários à consolidação e desenvolvimento da sua atividade;
 - o) Assegurar cuidados de saúde continuados e apoio domiciliário;
 - p) Cooperar com outras entidades pública e privadas no desenvolvimento de programas de saúde e ação social;
 - q) Assegurar o funcionamento da Unidade Móvel para acesso aos cuidados de saúde e outros de âmbito social da população em geral, com especial incidência no apoio social à saúde infantil, juvenil e aos idosos;
 - r) Gestão de equipamentos de convívio e lazer, criados ou a criar;
 - s) Realização de investimentos na construção ou apoio à construção de equipamentos necessários ao desenvolvimento do objeto da empresa;
 - t) Sensibilizar a comunidade em geral e o meio empresarial em especial para a inclusão das pessoas com deficiência.

3. É do interesse do Município de Cabeceiras de Basto a incrementação de ações de cidadania que favoreçam a população, privilegiando a intervenção social junto dos que se encontram em situação de fragilidade, bem como a fomentação da coesão social.
4. É do interesse do Município de Cabeceiras de Basto promover a realização de serviços de proximidade na área da saúde, na área social e administrativa, sobretudo direcionados aos munícipes que residem em aglomerados mais distantes da sede do concelho e com maiores dificuldades de mobilidade.
5. É do interesse do Município de Cabeceiras de Basto desenvolver atividades que visem uma verdadeira inclusão das pessoas em risco ou situação de exclusão social.
6. É, também, do interesse do Município de Cabeceiras de Basto proporcionar atividades capazes de favorecer a imagem positiva da pessoa idosa, assim como dar a esta a capacidade de participação social e direito a um envelhecimento ativo.

É celebrado e reciprocamente aceite, o presente contrato-programa para o ano de 2026, que se rege pelas cláusulas seguintes:

CLÁUSULA 1ª

OBJETO

Constitui objeto do presente contrato-programa a cooperação financeira entre as contraentes relativas à compensação pela realização de um conjunto de ações desenvolvidas, no concelho de Cabeceiras de Basto, pela BASTO VIDA, para diferentes públicos, anexo 1, sem quaisquer encargos para os mesmos, no ano de 2026:

1. Compensação por assegurar o funcionamento do Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão

O Posto Móvel de Atendimento ao Cidadão continuará a percorrer as várias aldeias e freguesias do nosso concelho, prestando serviços de proximidade na área da saúde, na área social e administrativa. Trata-se de serviços dirigidos à população

cabeceirense, nomeadamente à que reside nos aglomerados mais distantes da sede do concelho ou à faixa etária mais idosa e com maiores dificuldades de mobilidade. Nesta viatura, que 'estaciona' também junto dos espaços de convívio e lazer, continuará a tratar-se de diversos assuntos ao nível do apoio social e administrativo de âmbito municipal. Por outro lado, e sempre que necessário os recursos humanos afetos a este serviço visitarão os domicílios para assim poderem continuar a acompanhar os utentes que, por motivos vários, não possam deslocar-se ao PMAC.

2. Compensação por assegurar o funcionamento do programa: “Ouvir Cabeceiras de Basto” – Serviços de Audiologia

Através do Programa “*Ouvir Cabeceiras de Basto*”, a Basto Vida dará continuidade a um conjunto de ações no âmbito da sensibilização das pessoas para o rastreio, prevenindo, assim, problemas de audição e de ações concretas de informação, sensibilização e realização de rastreios e tratamentos.

Pretende-se, para o próximo ano, continuar a alargar o serviço a novos públicos, principalmente crianças e jovens em idade escolar do concelho.

3. Compensação por assegurar o funcionamento do programa: “Medicamentos Sociais”

Com os “Medicamentos Sociais” pretende-se continuar a garantir uma maior acessibilidade dos Cabeceirenses, com menores recursos económicos, à medicação prescrita em contexto de doença.

Beneficiam deste programa todos os cidadãos com residência em Cabeceiras de Basto que apresentem menores recursos económicos e sociais, em situação de doença crónica, aguda, súbita, endémica ou relacionada com o processo de envelhecimento que cumpram requisitos definidos no respetivo protocolo.

4. Compensação pela realização da seguinte iniciativa sociocultural:

A Animação Sociocultural consubstancia uma atitude que se traduz no empenho, na abertura, na iniciativa, na adaptação, na tolerância, e na capacidade de promoção do

desenvolvimento sociocultural através da participação dos indivíduos, grupos e comunidades, deverá a Basto Vida planificar, organizar e desenvolver a seguinte iniciativa, durante o próximo ano:

- Festa de Natal dos Espaços de Convívio e Lazer do nosso Concelho.

5. Compensação por assegurar o funcionamento da Loja Social

Face à atual conjuntura económica e ao aumento de solicitações de apoio alimentar por parte das famílias residentes no concelho, deverá a Basto Vida congregar esforços no sentido de reforçar/reformular a resposta dada pela Loja Social, garantindo assim uma maior eficácia dos serviços prestados, suprimindo as necessidades imediatas do indivíduo/famílias em situação desprotegida através da recolha e cedência dos mais variados bens, sejam eles alimentos, vestuário, calçado, mobiliário, eletrodomésticos, entre outros, os quais serão colocados à disposição da população-alvo de forma gratuita.

6. Compensação por apoiar o funcionamento da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Cabeceiras de Basto

A Basto Vida dará continuidade ao trabalho de colaboração com a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens visando o desenvolvimento de ações de promoção dos direitos e de prevenção das situações de perigo para as crianças e jovens do concelho. Na modalidade restrita da Comissão de Proteção, terá funções específicas de atendimento/informação às pessoas que se dirigem à comissão de proteção; apreciação/instrução de processos; aplicação, acompanhamento e revisão de medidas de promoção e proteção.

7. Compensação pelo funcionamento e dinamização dos Espaços de Convívio e Lazer de: Alvite, Arco de Baúlhe, Arosa, Basto, Cabeceiras de Basto, Cambeses, Cucana, Eiró, Faia, Moimenta, Outeiro, Painzela, Passos, Pedraça, Petimão, Refojos e Vila Nune

Os Espaços de Convívio e Lazer do Concelho de Cabeceiras de Basto, até ao momento registaram **338 utentes**, aproximadamente, correspondendo a 74% do sexo feminino e 26% do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 44 e 98 anos. Esta estimativa deriva de uma análise que se está a realizar em cada ECL, evidenciando a importância da continuidade do trabalho desenvolvido junto principalmente da população idosa, isto porque, recorrem a estes espaços outros cidadãos do concelho com problemas de saúde físicos ou mentais que, de alguma forma, estão afastados da vida ativa.

Desenvolver-se-ão ações de acompanhamento psicossocial individualizado a cada utente, para que esta especificidade contribua para os técnicos identificarem casos que necessitam de apoio/suporte ou encaminhamento para serviços ou instituições que se revelem mais adequados às necessidades.

Assim, as atividades a realizar no próximo ano incidem sobretudo em: ginástica geriátrica; animação musical; dança; hidroginástica sénior; expressão corporal; jogos tradicionais; trabalhos manuais; cuidados primários de saúde, audiologia e psicologia; sessões de sensibilização em diversas áreas; convívios intergeracionais; comemorações de efemérides temáticas; intercâmbios entre ECL's; visitas a equipamentos municipais; passeios convívio e participação em iniciativas promovidas pelo Município ou outras entidades.

8. Compensação pelo desenvolvimento do projeto “Cuidar +”

Projeto que pretende promover o envelhecimento ativo, saudável e em casa, de pessoas dependentes, apoio a cuidadores e indivíduos em situação de vulnerabilidade social:

Prestação de cuidados adequados de apoio psicossocial e na saúde a todas as pessoas que se encontrem em situação de vulnerabilidade:

- ❖ Melhorar processos de apoio social, avaliando o impacto nas famílias e indivíduos vulneráveis
- ❖ Apoio na manutenção das pessoas com perda de funcionalidade ou em risco de perder, no domicílio, sempre que possam ser garantidos os cuidados terapêuticos e o apoio social necessários à provisão e manutenção de conforto e qualidade de vida;
- ❖ Apoio/sensibilização para prevenção de doenças e cuidados de saúde em proximidade;
- ❖ Promoção da capacitação dos cuidadores que não são abrangidos por apoios da Segurança Social para o processo de cuidar, em contexto domiciliário;
- ❖ Apoio psicológico a cuidadores e doentes que não sejam apoiados pela Segurança Social e Sistema Nacional de Saúde, para combater desgastes físicos e emocionais;
- ❖ Apoio nas atividades de vida diárias;
- ❖ Prevenção de quedas;
- ❖ Exercícios de reabilitação psicomotora, reeducação e psicoeducação em função do problema existente;
- ❖ Formações individuais e em grupo de capacitação para a continuidade de cuidados.

9- Vigilantes Transportes Escolares

Dinamizar a vigilância dos transportes escolares, assegurando os vigilantes para 13 percursos escolares.

CLÁUSULA 2.^a

Natureza administrativa

A relação jurídica constituída por este contrato tem natureza administrativa por vontade das partes.

CLÁUSULA 3.ª

Direitos e obrigações das partes

1. O **MCB** obriga-se a atribuir à **Basto Vida**, no ano de 2026, uma indemnização compensatória no montante de **620.769,81 €** (seiscentos e vinte mil, setecentos e sessenta e nove euros e oitenta e um cêntimos), processados durante o ano de 2026.
2. Considerando que no âmbito do Protocolo denominado "Financiamento das Ações que Integram o Plano de Ação para o Desenvolvimento Socioeconómico e Cultural da Bacia do Tâmega para o período 2018-2024", outorgado em 29/05/2018 entre o MCB e a firma IBERDROLA GENERACIÓN, S. A. UNIPessoal, uma das ações a financiar por esta última à primeira consiste na aquisição de uma Unidade Móvel de Atendimento ao Cidadão no ano de 2018, o **MCB** obriga-se ainda a ceder à **BASTO VIDA**, de forma gratuita e durante todos os dias uteis do ano de 2026, correspondente a 251 dias, o mencionado veículo, bem como a suportar todas as despesas com seguros, manutenção e reparação do mesmo.
3. A comparticipação identificada no número anterior foi avaliada no montante de 18.270,00€ (dezoito mil, duzentos e setenta euros), nos termos constantes do ANEXO 2 junto ao presente contrato-programa e destina-se ao desenvolvimento e concretização da iniciativa identificada no ponto 1 da cláusula 1.ª supra.
4. Para a hipótese de, por qualquer motivo, não ser possível concretizar a comparticipação mencionada no anterior número dois até 15 de janeiro de 2026, o **MCB** obriga-se a atribuir à **BASTO VIDA** uma comparticipação financeira, a acrescer à identificada no número um da presente cláusula, no valor diário de 72,79 € (setenta e dois euros e setenta e nove cêntimos) até à data da cedência da viatura.
5. O MCB obriga-se a acompanhar a execução financeira do contrato-programa.
6. O MCB obriga-se a verificar todos os documentos de prestação de contas.

7. A Basto Vida obriga-se a suportar todos os encargos decorrentes das ações e iniciativas descritas na cláusula 1.^a;
8. A Basto Vida obriga-se a fornecer ao Município de Cabeceiras de Basto todos os elementos, por este solicitados, relacionados com a execução do presente contrato.

CLÁUSULA 4.^a

Indicadores de Eficácia

A qualidade do serviço prestado pela Basto Vida será aferida através dos indicadores de eficácia seguintes, determinados em função dos objetivos fixados no quadro-síntese anexo ao presente contrato:

- a) Prestação ineficaz: assegurar o cumprimento das obrigações estabelecidas no contrato-programa acolhendo até 75% das atividades/ações previstas anualmente;
- b) Prestação eficaz: assegurar o cumprimento das obrigações estabelecidas no contrato-programa acolhendo a totalidade das atividades/ações previstas anualmente;
- c) Prestação Muito Eficaz: assegurar o cumprimento das obrigações estabelecidas no contrato-programa superando o número de atividades/ações previstas anualmente.

CLÁUSULA 5.^a

Indicadores de Eficiência

A produtividade da Basto Vida será aferida através dos indicadores de eficiência seguinte:

- a) Prestação ineficiente – a execução das atividades/ações com um nível de utilização de recursos financeiros superior ao valor previsto no contrato-programa;
- b) Prestação eficiente – a execução das atividades/ações com um nível de utilização de recursos financeiros igual ao valor previsto no contrato-programa;

- c) Prestação muito eficiente – a execução das atividades/ações com um nível de utilização de recursos financeiros inferior em, no mínimo 5% ao valor previsto no contrato-programa;

CLÁUSULA 6.^a

Alterações ao contrato

O presente contrato-programa consubstancia todos os acordos existentes entre as partes, e todas as alterações ou emendas deverão ser celebradas por escrito particular, sob a forma de “aditamento”, que terá a mesma validade e eficácia que o presente contrato.

CLÁUSULA 7.^a

(Resolução)

O presente contrato-programa poderá ser denunciado, a todo o tempo, pelo Primeiro Contraente, por não cumprimento pela Segunda Contraente das obrigações que assume neste contrato.

CLÁUSULA 8.^a

(Eficácia jurídica)

O presente contrato-programa produz efeitos a partir de **1 de janeiro de 2026 até ao dia 31 de dezembro de 2026.**

Feito em Cabeceiras de Basto, no dia ___ de dezembro de 2025, em duplicado de igual teor e forma que, depois de lido e achado conforme, vai ser assinado pelos outorgantes, ficando um exemplar na posse de cada um.

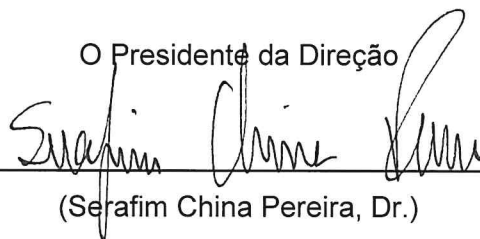
Pelo Município de Cabeceiras de Basto

O Presidente da Câmara Municipal,

(Manuel António Teixeira, Eng.)

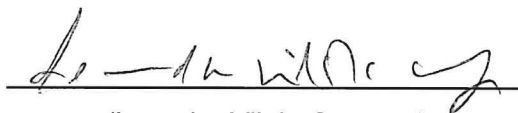
Pela Basto Vida,

O Presidente da Direção

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Serafim China Pereira', written over a horizontal line.

(Serafim China Pereira, Dr.)

O Tesoureiro da Direção

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Leandro Vilela Campos', written over a horizontal line.

(Leandro Vilela Campos)

Anexo 1

Designação da ação/atividade a desenvolver	Quantificação (número de utentes a abranger)
1 - Posto Móvel de Atendimento	1000
2 - Programa "Ouvir Cabeceiras de Basto" – Serviços de Audiologia	350
3 - Programa "Medicamentos Sociais"	130
4- Iniciativa Sociocultural	350
5- Loja Social	37
6 - Apoio à Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Cabeceiras de Basto	40
7 - Funcionamento e dinamização dos Espaços de Convívio e Lazer do Concelho de Cabeceiras de Basto.	350
8- Projeto "Cuidar+"	95

Anexo 2

Cálculo do valor da participação a que alude o número 3 da cláusula 3.^a do Contrato Programa:

De acordo com as indicações dos técnicos, o aluguer de uma viatura, com as características adequadas à finalidade que se pretende, custa uma média de € 70,00 diários, a que acrescerão os custos com seguros e despesas de manutenção.

Partiu-se do pressuposto de que o ano terá 251 dias de atividade.

Assim, o valor da participação a que alude o número 3 da cláusula 3.^a do Contrato Programa será o seguinte:

Custo do aluguer 251 dias vezes € 70,00 =	17.570,00
Custos com o seguro, valor anual	= 400,00
Custos com a manutenção, valor anual ..	= <u>300,00</u>
Custo total	= <u>18.270,00</u>



PARECER REVISOR OFICIAL DE CONTAS
