



PLANO ATIVIDADES PROVECTUS – 2025

PROVECTUS - DAR MAIS VIDA AOS ANOS

Giovanni Cerullo

Índice

1. Introdução	3
2. Objetivos Gerais	3
3. Áreas de Atuação e Atividades Planeadas	4
3.1. Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)	4
3.1.1 Manutenção e Expansão	4
3.1.2 Apoio Domiciliário Integrado (ADI)	4
3.1.3 Teleassistência	4
3.1.4 Monitorização e Avaliação	5
Impacto Esperado	5
3.2 Centro Interativo e de Atividades	5
3.2.1 Atividades Diárias.....	5
3.2.2 Programação Personalizada	6
3.2.3 Eventos Comunitários	6
Impacto Esperado	7
3.3 Projetos Inovadores e Financiamento	7
3.3.1 Participação em Projetos de Financiamento	7
3.3.2 Implementação de Projetos Inovadores	8
3.3.3 Desenvolvimento Tecnológico	8
Impacto Esperado	9
4. Comunicação e Imagem	9
4.1 Presença nas Redes Sociais	9
4.2 Campanhas de Sensibilização	10
4.3 Relacionamento com a Comunidade.....	10
Impacto Esperado	11
5. Congressos, Jornadas e Eventos	11
5.1 Congresso Anual de Geriatria.....	11
5.2 Feira de Saúde Sénior	11
5.3 Atividades Desportivas	12
Impacto Esperado	12
6. Associativismo e Participação Comunitária	12
6.1 Fortalecimento do Voluntariado.....	12
6.2 Melhoria das Infraestruturas.....	13
Impacto Esperado	14
7. Recursos Humanos	14
7.1 Formação Contínua	14
7.2 Reconhecimento Profissional	15

Impacto Esperado	15
8. Metas e Indicadores de Sucesso.....	15
8.1 Ocupação dos Serviços	15
8.2 Eventos Comunitários	16
8.3 Tecnologia e Inovação	16
Impacto Esperado	17
9. Conclusão	18

1. Introdução

A Provectus – Associação em Prol da Terceira Idade mantém, em 2025, o seu compromisso de melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas. Este compromisso concretiza-se tanto através do Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) como pela promoção de atividades físicas, sociais e culturais que combatam o isolamento, preservem as capacidades funcionais e incentivem um envelhecimento saudável e ativo.

Num contexto desafiante, marcado pela incerteza económica, inflação persistente, crises globais e aumento dos custos de bens e serviços essenciais, as populações idosas são particularmente vulneráveis. Estes desafios têm impacto directo nos utentes do SAD e do Centro Interativo da Provectus.

O Orçamento para 2025 baseia-se em pressupostos realistas: inflação estimada em 2,10%; aumento de 5% nos salários, incluindo 50 euros adicionais no salário mínimo; e um crescimento projetado de 4% nas receitas.

Este plano traduz o compromisso da Provectus em assegurar sustentabilidade financeira, mantendo elevados padrões de qualidade e ajustando os serviços às novas necessidades da comunidade. Para tal, é essencial a capacitação contínua dos recursos humanos, a utilização eficiente das infraestruturas e a introdução de tecnologias inovadoras.

Adicionalmente, será reforçada a estrutura de voluntariado, com iniciativas que promovam maior envolvimento comunitário e impacto social. A retoma plena das atividades no Centro Interativo constitui outra prioridade, com programas diversificados e inovadores, sempre alinhados às necessidades dos utentes.

Com estas estratégias, a Provectus visa não apenas enfrentar os desafios do presente, mas também preparar um futuro mais sustentável e inclusivo, continuando a fazer a diferença na vida das pessoas idosas e suas famílias.

2. Objetivos Gerais

1. Diversificar e ampliar os serviços prestados, garantindo a sua qualidade e adequação às necessidades da população idosa.
2. Investir em tecnologias inovadoras para melhorar a eficiência operacional e a experiência dos utentes.
3. Consolidar a presença da Provectus como referência regional através de eventos comunitários e institucionais.
4. Fortalecer parcerias estratégicas e garantir sustentabilidade financeira por meio de candidaturas a financiamentos.

3. Áreas de Atuação e Atividades Planeadas

3.1. Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

3.1.1 Manutenção e Expansão

O apoio aos 32 utentes atuais continuará a ser uma prioridade, garantindo a prestação de cuidados diários com base nos acordos de cooperação estabelecidos. Estes cuidados incluem higiene pessoal, fornecimento de refeições adaptadas a restrições alimentares e acompanhamento emocional. Além disso, os auxiliares de ação direta continuarão a visitar os utentes para prestar apoio em atividades como vestir-se ou movimentar-se, promovendo a qualidade de vida no domicílio.

Para otimizar as 8 vagas privadas disponíveis e alcançar uma ocupação total, serão realizadas campanhas de divulgação em parceria com Centros de Saúde e Juntas de Freguesia, com o objetivo de identificar famílias que possam beneficiar deste serviço. Estas campanhas incluirão sessões informativas e distribuição de material explicativo nas comunidades locais.

Adicionalmente, será implementado um sistema de avaliações trimestrais da saúde e bem-estar dos utentes para desenvolver planos de cuidado individualizados. Estes planos considerarão necessidades específicas, como exercícios supervisionados para mobilidade reduzida e a entrega de ajudas técnicas, incluindo cadeiras de rodas ou andarilhos adaptados a cada caso.

3.1.2 Apoio Domiciliário Integrado (ADI)

O serviço será ampliado para 15 utentes, oferecendo um acompanhamento contínuo e multidisciplinar. Esta expansão será desenvolvida em parceria com a Unidade Local de Saúde do Algarve e a Câmara Municipal de Faro, assegurando uma resposta adequada às necessidades mais complexas. O programa incluirá visitas conjuntas de equipas compostas por enfermeiros e assistentes sociais para garantir um atendimento mais abrangente a idosos em situação de maior vulnerabilidade.

Para reforçar a qualidade do serviço, será constituída uma equipa multidisciplinar composta por cuidadores, psicólogos e profissionais de saúde especializados em geriatria. Psicólogos realizarão acompanhamento emocional regular com os utentes e darão apoio aos cuidadores informais, enquanto enfermeiros especializados prestarão cuidados a utentes com doenças crónicas, como diabetes e hipertensão. Este modelo integrado permitirá uma abordagem holística, melhorando tanto a saúde física como emocional dos beneficiários.

3.1.3 Teleassistência

Será mantido e alargado o serviço de teleassistência para aumentar a segurança e autonomia dos utentes em situação de dependência. Dispositivos intuitivos, como pulseiras ou botões de emergência conectados a uma central de apoio disponível 24 horas por dia, permitirão monitorização remota e uma resposta imediata em casos de necessidade. Sempre que ocorrer uma situação de emergência, como

quedas ou alterações de saúde, notificações serão enviadas aos familiares ou cuidadores responsáveis, promovendo uma maior tranquilidade para todos os envolvidos.

Para garantir a utilização eficaz destes dispositivos, serão organizadas sessões de formação prática para os utentes e as suas famílias, com explicações detalhadas sobre o funcionamento do sistema e a importância da sua utilização no dia a dia.

3.1.4 Monitorização e Avaliação

A monitorização contínua dos serviços será realizada através de questionários semestrais destinados aos utentes e familiares, avaliando aspetos como a qualidade do atendimento, o tempo de resposta e a atenção recebida. Este processo permitirá identificar áreas de melhoria e ajustar os serviços às necessidades específicas de cada utente.

Além disso, auditorias internas trimestrais serão conduzidas para acompanhar os principais indicadores de desempenho. Estas auditorias incluirão análises da eficiência operacional, como a pontualidade na entrega de refeições, a qualidade dos cuidados de higiene e o cumprimento dos planos de cuidado individualizados. Relatórios detalhados serão elaborados para apoiar a tomada de decisões e garantir uma gestão mais eficaz dos recursos disponíveis.

Impacto Esperado

Com estas iniciativas, espera-se alcançar uma maior satisfação por parte dos utentes e das suas famílias, promovendo serviços mais personalizados e eficazes. A manutenção e alargamento da teleassistência e a expansão do Apoio Domiciliário Integrado reforçarão a segurança e a autonomia dos utentes, enquanto a monitorização contínua e a implementação de melhorias operacionais contribuirão para uma gestão mais eficiente e sustentável.

3.2 Centro Interativo e de Atividades

3.2.1 Atividades Diárias

O Centro Interativo irá oferecer um plano semanal estruturado, com atividades diversificadas, adaptadas às capacidades e preferências dos utentes, promovendo o envelhecimento ativo e a inclusão social. Entre as principais atividades estão:

- **Arteterapia:** Realização de sessões para estimular a criatividade e promover o bem-estar emocional dos utentes. Estas sessões podem incluir pintura, desenho, escultura com argila, costura ou bordado, sempre com o objetivo de estimular a expressão artística e reduzir sintomas de ansiedade e depressão.
 - Exemplo: Realização de oficinas temáticas como "Pintura da Natureza" ou "Memórias através da Arte", incentivando os idosos a retratar momentos significativos das suas vidas.
- **Estimulação Cognitiva:** Utilização de tablets e outros dispositivos tecnológicos com aplicativos educativos que ajudam a manter e melhorar

funções cognitivas, como memória, atenção e raciocínio lógico. Estes exercícios também contribuem para a inclusão digital dos utentes.

- Exemplo: Desenvolvimento de jogos interativos como palavras cruzadas, quebra-cabeças e exercícios de memória.
- **Fisioterapia e Yoga:** Sessões semanais com foco na melhoria da mobilidade, equilíbrio e redução de dores crónicas. O objetivo é promover o bem-estar físico e prevenir quedas, além de incentivar a prática de exercícios físicos adaptados às capacidades de cada idoso.
 - Exemplo: Aulas em grupo no parque sénior, combinando exercícios leves de alongamento e práticas de respiração e relaxamento.

3.2.2 Programação Personalizada

Cada utente terá um plano de atividades ajustado às suas necessidades e preferências, garantindo maior envolvimento e adesão às atividades propostas. Esta personalização será feita através de uma avaliação inicial e de revisões regulares para identificar novas oportunidades e desafios.

- **Colaboração com profissionais externos:** O Centro continuará a trabalhar com professores de informática, fisioterapeutas, músicos e outros especialistas para ampliar a oferta de atividades. Estes profissionais terão papéis ativos na criação de programas educativos, culturais e recreativos que promovam o desenvolvimento físico, mental e social dos utentes.
 - Exemplo: Realização de aulas de introdução à informática para ensinar os utentes a usar dispositivos digitais e navegar na internet com segurança.
- **Grupos de interesse específico:** Serão criados grupos temáticos com base nos interesses dos utentes, como clubes de leitura, grupos de tricô ou costura, e círculos de música. Estas atividades visam fortalecer o senso de pertença e socialização.
 - Exemplo: Organização de uma "Hora do Conto" semanal, onde os utentes partilham histórias e memórias em grupo.

3.2.3 Eventos Comunitários

O Centro Interativo irá promover eventos regulares para integrar os utentes à comunidade e aumentar a visibilidade da Provectus. Estes eventos serão desenvolvidos em colaboração com parceiros locais, familiares e voluntários.

- **Exposições de trabalhos:** Apresentação dos trabalhos artísticos e manuais realizados pelos utentes, permitindo-lhes mostrar os seus talentos e habilidades à comunidade. As exposições podem ser realizadas nas instalações do Centro ou em locais públicos, como bibliotecas ou centros culturais.
 - Exemplo: Realização de uma exposição anual intitulada "Arte pela Idade", onde os utentes expõem pinturas, bordados e outras peças criativas.
- **Concursos e atividades gastronómicas:** Organização de concursos de receitas saudáveis, incentivando os utentes a partilhar pratos tradicionais

adaptados às suas necessidades alimentares. Estas iniciativas promovem a socialização e a partilha de conhecimentos.

- Exemplo: Realização de um concurso chamado "Sabores da Nossa Terra", com degustação de pratos e premiação das receitas mais criativas.
- **Passeios e caminhadas:** Promoção de passeios culturais e caminhadas em parques locais para incentivar a atividade física e a convivência social. Estas atividades também podem incluir visitas a museus, exposições ou espaços históricos.
 - Exemplo: Planeamento de uma caminhada mensal no Parque Ribeirinho de Faro, seguida de um piquenique em grupo.
- **Eventos temáticos e festas comunitárias:** Realização de eventos comemorativos, como celebrações de datas festivas (Carnaval, Santos Populares, Natal), envolvendo utentes, famílias e a comunidade local.
 - Exemplo: Organização de uma festa de "Santos Populares" com música ao vivo, jogos tradicionais e comida típica.

Impacto Esperado

1. Aumento da participação: Maior adesão dos utentes às atividades, promovendo o bem-estar físico e emocional.
2. Fortalecimento da integração comunitária: Criação de laços entre os utentes, as suas famílias e a comunidade local.
3. Promoção de autonomia: Estímulo à inclusão digital e ao desenvolvimento de novas competências.
4. Valorização dos utentes: Através de exposições e eventos, reforçar o senso de utilidade e reconhecimento social.

3.3 Projetos Inovadores e Financiamento

3.3.1 Participação em Projetos de Financiamento

A captação de recursos externos é fundamental para assegurar a sustentabilidade financeira da Provectus e viabilizar a implementação de novos projetos. Nesse sentido, serão submetidas candidaturas a iniciativas como o BPI “La Caixa” e a Iniciativa Social Descentralizada (ISD). Estas candidaturas terão como foco:

- **Melhoria do Apoio Domiciliário:** Propostas direcionadas à ampliação e qualificação dos serviços prestados, com destaque para:
 - Aquisição de equipamentos tecnológicos, como dispositivos de teleassistência e ajudas técnicas que facilitem a vida dos utentes.
 - Formação específica para as equipas de apoio domiciliário, promovendo uma maior qualificação e adaptação às necessidades emergentes dos idosos.
- **Inclusão Tecnológica de Idosos:** Projetos que utilizem dispositivos e software especializados para promover a autonomia e a integração digital dos utentes.

- Exemplo: Distribuição de tablets com aplicativos educativos e jogos cognitivos para idosos no Centro Interativo, permitindo a manutenção e melhoria das funções cognitivas.
- Exemplo: Criação de uma plataforma digital para conectar utentes, familiares e cuidadores, facilitando a comunicação e o acompanhamento em tempo real.

As candidaturas serão elaboradas em articulação com equipas técnicas especializadas, garantindo o alinhamento dos projetos com os objetivos das instituições financiadoras e com as necessidades específicas da Provectus.

3.3.2 Implementação de Projetos Inovadores

No âmbito do Concurso de Projetos Inovadores da Segurança Social, as atividades serão executadas com enfoque em:

- **Modernização do Apoio Domiciliário:** Expansão do uso de dispositivos conectados, como sensores ambientais (detetores de quedas) para melhorar a segurança e o conforto dos utentes.
- **Fortalecimento do Centro Interativo:** Adaptação dos espaços e diversificação das atividades oferecidas.
 - Criação de uma sala de tecnologia, equipada com computadores, tablets e óculos de realidade virtual, para proporcionar aos utentes experiências inovadoras, como visitas virtuais a museus ou parques naturais.
 - Ampliação de parcerias com universidades e entidades culturais para desenvolver programas educativos e intergeracionais, que conectem idosos a estudantes e voluntários.

3.3.3 Desenvolvimento Tecnológico

Com o MySenior já implementado, o foco passará a ser a integração de novas tecnologias e soluções complementares para elevar a qualidade dos serviços e a eficiência das operações. Entre as iniciativas previstas estão:

- **Adesão a Plataformas de Telemedicina:** Implementação de um sistema de teleconsultas em parceria com unidades de saúde locais, permitindo que os utentes tenham acesso a médicos, enfermeiros e psicólogos de forma remota.
 - Este serviço será especialmente útil para utentes com mobilidade reduzida, oferecendo acompanhamento médico regular e reduzindo a necessidade de deslocações.
- **Digitalização do Processo de Voluntariado:** Desenvolvimento de uma plataforma digital para gerir os voluntários da Provectus, incluindo o registo de disponibilidade, comunicação com os organizadores e programação de atividades.
 - A plataforma permitirá também que voluntários partilhem feedback, sugestões e experiências, promovendo a melhoria contínua do programa.

- **Inovação em Equipamentos de Estimulação Cognitiva:** Introdução de dispositivos como mesas interativas digitais e robôs sociais para atividades no Centro Interativo e no Apoio Domiciliário.
 - As mesas interativas digitais oferecem jogos e exercícios que estimulam a memória, a coordenação motora e o raciocínio lógico, enquanto os robôs sociais, programados para interação humana, podem auxiliar na redução da solidão dos utentes.

Impacto Esperado

1. Melhoria da segurança e autonomia: A introdução de sensores ambientais e plataformas de telemedicina proporcionará maior segurança aos utentes e acesso facilitado a cuidados de saúde.
2. Inovação nas atividades do Centro Interativo: Com novos equipamentos e tecnologias, será possível diversificar e enriquecer as experiências oferecidas aos utentes, promovendo maior envolvimento.
3. Maior eficiência organizacional: A digitalização de processos como o voluntariado contribuirá para uma gestão mais eficiente, permitindo à Provectus concentrar esforços no impacto social das suas ações.

4. Comunicação e Imagem

4.1 Presença nas Redes Sociais

A estratégia de comunicação digital será intensificada para aumentar a visibilidade da Provectus e fortalecer o seu impacto na comunidade.

- **Atualização contínua de conteúdos:** O website da Provectus será renovado para incluir:
 - Informações detalhadas sobre os serviços disponíveis.
 - Notícias e eventos futuros.
 - Uma área dedicada para os associados.
- **Gestão ativa das redes sociais (Facebook, Instagram, LinkedIn):**
 - Publicações semanais com conteúdos variados, incluindo:
 - Testemunhos de utentes e cuidadores.
 - Dicas práticas sobre cuidados geriátricos e saúde mental.
 - Divulgação de eventos comunitários e parcerias locais.
 - Reels e stories interativos para aumentar o engajamento com o público-alvo.
- **Criação de um canal no YouTube:** Lançamento de um canal com vídeos focados em:
 - Atividades desenvolvidas pela Provectus: Vídeos curtos sobre oficinas de arteterapia, caminhadas em grupo e eventos comemorativos.
 - Depoimentos de utentes e familiares: Relatos reais sobre o impacto dos serviços prestados, reforçando a confiança e a credibilidade da instituição.

- Informações educativas: Produção de vídeos instrutivos com especialistas abordando temas como prevenção de quedas, benefícios do envelhecimento ativo e estratégias para combater a solidão.

4.2 Campanhas de Sensibilização

As campanhas de sensibilização serão realizadas mensalmente, com temas relevantes que impactem positivamente a comunidade e os utentes.

- **Saúde mental:** Campanhas como "Cuidar da Mente é Cuidar da Vida" focarão na importância da saúde psicológica na terceira idade, com dicas práticas e sugestões de apoio.
- **Combate à solidão:** A campanha "Nunca é Tarde para Conectar" incentivará a interação social, promovendo atividades que fortaleçam laços familiares e comunitários.
- **Envelhecimento saudável:** Ações como "Mover-se para Viver Melhor" incluirão dicas sobre atividade física adaptada, alimentação equilibrada e rotinas que promovam o bem-estar geral.

Estas campanhas incluirão:

- Publicações nas redes sociais com imagens, vídeos e mensagens-chave.
- Parcerias com meios de comunicação locais para ampliar o alcance.
- Distribuição de folhetos informativos em centros de saúde, farmácias e eventos.

4.3 Relacionamento com a Comunidade

Fortalecer os laços entre a Provectus, os utentes e as suas famílias será um ponto central.

- **Workshops e encontros temáticos:** Organização de eventos que promovam o diálogo e a partilha de conhecimento, como:
 - Sessões sobre “Cuidados ao Idoso em Casa” para familiares e cuidadores.
 - Encontros intergeracionais, juntando idosos e jovens para atividades colaborativas, como jogos de mesa, leitura de histórias ou troca de experiências de vida.
 - Sessões temáticas com especialistas abordando tópicos como nutrição, gestão de doenças crónicas e inclusão digital.
- **Eventos comunitários regulares:** Realização de feiras de saúde, dias abertos nas instalações da Provectus e eventos comemorativos (como festas de Natal ou celebrações dos Santos Populares). Estas ações ajudarão a envolver a comunidade e aumentar a visibilidade da instituição.
- **Feedback e participação:** Criação de espaços onde os utentes e suas famílias possam partilhar opiniões e sugestões. Esta iniciativa incluirá questionários de satisfação regulares e reuniões semestrais abertas ao público.

Impacto Esperado

1. Aumento do envolvimento digital: Maior interação e alcance através de uma presença digital renovada e consistente.
 2. Consciencialização comunitária: Ampliação do impacto das campanhas de sensibilização, promovendo mudanças positivas na forma como o envelhecimento é percebido.
 3. Fortalecimento dos laços comunitários: Criação de um sentimento de pertença entre os utentes, as suas famílias e a comunidade em geral.
 4. Aumento da transparência e confiança: O fortalecimento da comunicação permitirá uma maior proximidade e confiança nas ações da Provectus.
-

5. Congressos, Jornadas e Eventos

5.1 Congresso Anual de Geriatria

O Congresso Anual de Geriatria será um evento de destaque no calendário da Provectus, reunindo especialistas, profissionais de saúde, cuidadores e a comunidade em geral para debater temas relevantes e emergentes no campo da geriatria.

- **Objetivos:**
 - Promover a partilha de conhecimentos e experiências.
 - Incentivar a adoção de boas práticas no cuidado aos idosos.
 - Fortalecer a rede de cooperação entre profissionais e instituições do setor.

5.2 Feira de Saúde Sénior

A Feira de Saúde Sénior será um evento comunitário aberto, com foco na promoção da saúde e bem-estar dos idosos e as suas famílias, em colaboração com universidades.

- **Serviços oferecidos:**
 - Rastreamentos gratuitos: Avaliação de parâmetros como pressão arterial, glicemia, colesterol e densidade óssea.
 - Consultas de enfermagem: Orientação personalizada sobre prevenção de doenças, cuidados básicos e gestão de condições crónicas.
 - Workshops interativos: Sessões educativas sobre temas como nutrição saudável, prevenção de quedas e cuidados com a pele no envelhecimento.
- **Parcerias locais:** Envolvimento de centros de saúde, farmácias, universidades e empresas do setor para ampliar a oferta de serviços e atividades.
- **Atrações adicionais:**
 - Apresentações culturais e artísticas realizadas pelos utentes do Centro Interativo.

- Stands informativos sobre serviços disponíveis na comunidade, como apoio domiciliário e atividades socioculturais.

5.3 Atividades Desportivas

O incentivo à prática de exercícios físicos será uma prioridade, com a organização de eventos desportivos adaptados às diferentes capacidades dos participantes.

- **Caminhadas:** Planeamento de trilhos urbanos e em parques locais, com acompanhamento de profissionais para garantir a segurança dos participantes. Estas caminhadas promoverão a socialização e o contacto com a natureza, ao mesmo tempo que incentivam um estilo de vida mais ativo.
 - Exemplo: Caminhada mensal no Parque Ribeirinho de Faro, incluindo pausas para alongamentos e convívio.
- **Aulas de yoga:** Sessões de yoga adaptadas para idosos, com foco na melhoria do equilíbrio, flexibilidade e redução de dores musculares. As aulas poderão ser realizadas em espaços fechados ou ao ar livre, dependendo das condições climáticas.
- **Sessões no Parque Desportivo Sénior:** Utilização do parque para atividades como alongamentos, exercícios de força e coordenação motora, promovendo a manutenção da saúde física e a prevenção de quedas.
- **Eventos inclusivos:** Organização de competições leves e atividades desportivas intergeracionais que envolvam idosos e os seus familiares, como jogos de petanca, minigolfe ou torneios de dominó.

Impacto Esperado

1. **Congresso Anual de Geriatria:** Fortalecer o posicionamento da Provectus como referência em inovação e cuidado ao idoso, promovendo debates que influenciem práticas e políticas na área da geriatria.
2. **Feira de Saúde Sénior:** Aumentar o acesso a serviços de saúde preventiva e promover a educação comunitária sobre envelhecimento saudável.
3. **Atividades Desportivas:** Incentivar hábitos saudáveis, melhorar a qualidade de vida dos participantes e reforçar os laços comunitários através da prática de exercícios físicos.

6. Associativismo e Participação Comunitária

6.1 Fortalecimento do Voluntariado

O fortalecimento do programa de voluntariado será um dos pilares estratégicos para 2025, promovendo maior envolvimento da comunidade nas atividades da Provectus.

- **Recrutamento de novos voluntários:**
 - Objetivo: Atrair entre 10 e 20 novos voluntários para apoiar as diversas áreas de atuação da instituição, incluindo o Apoio Domiciliário, o Centro Interativo e eventos comunitários.
 - Ações:

- Campanhas nas redes sociais, anúncios em meios de comunicação locais e sessões informativas em escolas, universidades e associações culturais.
- **Feira de Voluntariado:**
 - Organização de uma feira dedicada ao voluntariado, com stands que apresentam as áreas de atuação da Provectus e histórias de impacto dos atuais voluntários.
 - Destaques do evento:
 - Palestras de especialistas sobre o papel do voluntariado no envelhecimento ativo.
 - Oficinas para capacitar novos membros.
 - Espaços interativos para inscrições diretas em atividades específicas.
 - Envolvimento de parceiros: Parcerias com outras organizações comunitárias e empresas locais para criar uma rede de apoio interinstitucional.
- **Programa de Mentoria para Voluntários:**
 - Criação de um programa onde voluntários mais experientes orientem os novos membros, garantindo uma integração fluida e reforçando o compromisso com as atividades.
 - Sessões regulares de partilha de experiências entre voluntários para fortalecer o sentimento de pertença e motivação.

6.2 Melhoria das Infraestruturas

Investir na renovação e manutenção das instalações da Provectus será essencial para garantir um ambiente seguro, acolhedor e funcional para utentes, funcionários e voluntários.

- **Reparações estruturais no Bairro dos Centenários:**
 - Telhados: Substituição ou reparação de coberturas para proteção contra infiltrações e melhoria do isolamento térmico.
 - Muros e paredes externas: Reconstrução de estruturas deterioradas, reforçando a segurança e a estética do espaço.
 - Espaços comuns: Requalificação de pátios e corredores para criar áreas agradáveis para atividades ao ar livre e socialização.
- **Acessibilidade:**
 - Adaptação de infraestruturas para melhorar o acesso de pessoas com mobilidade reduzida, como a instalação de rampas e corrimões.
- **Eficiência energética:**
 - Implementação de melhorias sustentáveis, como instalação de painéis solares para aquecimento de água, substituição de lâmpadas por LED e isolamento térmico em áreas críticas. Essas alterações dependentes de financiamento.

Impacto Esperado

1. **Fortalecimento do voluntariado:** Um programa robusto permitirá à Provectus ampliar a sua capacidade de atendimento e diversificar as atividades oferecidas aos utentes.
 2. **Envolvimento comunitário:** A realização da Feira de Voluntariado e outras ações de sensibilização estimulará uma maior participação da comunidade, promovendo o espírito de solidariedade.
 3. **Melhoria das instalações:** Investimentos em infraestruturas garantirão um ambiente mais seguro, acessível e acolhedor, aumentando o conforto dos utentes e a funcionalidade para as atividades diárias.
-

7. Recursos Humanos

7.1 Formação Contínua

A qualificação dos colaboradores será um dos pilares estratégicos para melhorar a qualidade dos serviços oferecidos e promover um ambiente de trabalho mais eficiente e satisfatório.

- **Formações mensais:**
 - Cuidados geriátricos avançados: Capacitar os profissionais com conhecimentos atualizados sobre doenças crónicas, demência e cuidados paliativos, enfatizando abordagens personalizadas e humanizadas.
 - Exemplo: Workshops sobre prevenção de úlceras de pressão, técnicas de mobilização e cuidados a pessoas com demência avançada.
 - Uso de tecnologia nos cuidados domiciliários: formações sobre dispositivos tecnológicos, como sensores de monitorização, aplicativos de gestão de cuidados e teleassistência.
 - Exemplo: Sessões sobre integração da tecnologia nas rotinas de cuidado, como o uso de tablets para registar dados e comunicação em tempo real com as equipas.
 - Gestão emocional e stress no trabalho: Sessões com psicólogos especializados para ajudar os colaboradores a lidar com situações desafiadoras e a manter o equilíbrio emocional.
 - Exemplo: Programas de mindfulness, respiração controlada e estratégias de gestão de conflitos.
- **Certificações e parcerias:**
 - Estabelecimento de parcerias com instituições de ensino e centros de formação profissional para garantir que as formações sejam reconhecidas e certificadas.
 - Incentivo à participação em congressos e eventos externos relacionados à geriatria e cuidados domiciliários, cobrindo despesas de inscrição e transporte.

7.2 Reconhecimento Profissional

Valorizar o trabalho dos colaboradores é essencial para manter a motivação, melhorar o desempenho e reduzir a rotatividade.

- **Programa anual de reconhecimento e premiação:**
 - Categorias de premiação:
 - Colaborador do Ano: Reconhecimento ao profissional que mais se destacou pela dedicação e excelência no cuidado aos utentes.
 - Inovação e Criatividade: Premiação de ideias e iniciativas que melhoraram os serviços da Provectus.
 - Espírito de Equipa: Valorização do colaborador que demonstrou maior compromisso com a colaboração e apoio aos colegas.
 - Formas de premiação:
 - Certificados e troféus entregues numa cerimónia especial.
 - Benefícios adicionais, como vales de compra, dias de folga extra ou formação complementar financiada pela instituição.
- **Reforço contínuo da valorização:**
 - Mural de reconhecimento interno para destacar os colaboradores que mais se destacaram mensalmente.
 - Implementação de uma newsletter interna para partilhar histórias de sucesso, conquistas individuais e de equipa, fortalecendo o sentimento de pertença.

Impacto Esperado

1. **Aprimoramento das competências:** A formação contínua permitirá que os colaboradores estejam atualizados com as melhores práticas e tecnologias, resultando em serviços de maior qualidade.
2. **Redução do stress e maior bem-estar:** A gestão emocional contribuirá para um ambiente de trabalho mais saudável e colaborativo.
3. **Maior motivação e retenção de talentos:** O reconhecimento profissional incentivará o desempenho, criando um ambiente mais engajado e produtivo.
4. **Fortalecimento da imagem institucional:** Colaboradores qualificados e valorizados reforçam a reputação da Provectus como uma organização de excelência em cuidados geriátricos.

8. Metas e Indicadores de Sucesso

8.1 Ocupação dos Serviços

- **Meta:**
 - Garantir 100% de ocupação das vagas disponíveis no Serviço de Apoio Domiciliário (SAD).
 - Expandir os serviços de teleassistência para 20 novos utentes ao longo do ano.

- **Indicadores:**
 - Número total de vagas preenchidas no SAD.
 - Número de novos utentes que aderiram à teleassistência.
 - Percentagem de utentes satisfeitos, avaliada através de inquéritos semestrais.
 - **Ações-chave:**
 - **Divulgação dos serviços:** Campanhas informativas nas redes sociais, centros de saúde e eventos comunitários para sensibilizar a comunidade sobre os serviços oferecidos.
 - **Parcerias estratégicas:** Colaborar com a Câmara Municipal e organizações locais para identificar e encaminhar potenciais beneficiários.
 - **Monitorização contínua:** Analisar mensalmente os relatórios gerados pelo MySenior para identificar padrões de utilização e otimizar o atendimento.
-

8.2 Eventos Comunitários

- **Meta:**
 - Realizar 3 eventos comunitários de grande impacto, envolvendo pelo menos 150 participantes ao longo do ano.
 - **Indicadores:**
 - Número total de eventos realizados.
 - Total de participantes em cada evento, com foco em utentes e familiares.
 - Participação de parceiros e patrocinadores em pelo menos 50% dos eventos.
 - **Ações-chave:**
 - **Planeamento estratégico:** Definir um calendário anual com eventos diversificados, como feiras de saúde, workshops interativos e celebrações comunitárias (ex.: festas dos Santos Populares).
 - **Engajamento da comunidade:** Incluir os utentes e os seus familiares no planeamento e execução dos eventos, promovendo o sentimento de pertença.
 - **Parcerias locais:** Envolver escolas, universidades e empresas para aumentar a visibilidade e a participação nos eventos.
 - **Divulgação:** Criar campanhas específicas para cada evento, utilizando redes sociais, newsletters e convites personalizados.
-

8.3 Tecnologia e Inovação

- **Meta:**
 - Expandir e otimizar o uso de tecnologia em 100% das operações do SAD, incluindo o acompanhamento em tempo real e a análise de dados para melhorar a qualidade dos serviços.
- **Indicadores:**

- Percentagem de operações do SAD completamente digitalizadas e geridas pelo MySenior.
 - Redução do tempo de resposta em 15% para emergências ou solicitações dos utentes.
 - Aumento de 20% na eficiência operacional, medido pela redução de erros e pela otimização do tempo das equipas.
 - **Ações-chave:**
 - **Integração de dados:** Utilizar os relatórios analíticos do MySenior para monitorizar a qualidade dos serviços, identificando áreas de melhoria e adaptando os planos de cuidados individualizados.
 - **Treinamento contínuo:** Oferecer formações adicionais aos colaboradores sobre novas funcionalidades e ferramentas complementares ao MySenior.
 - **Exploração de novas tecnologias:** Introdução de dispositivos conectados, como sensores de monitorização em casa, integrados com o MySenior para oferecer um serviço mais personalizado.
-

Impacto Esperado

1. **Ocupação máxima e ampliação dos serviços:** Atingir a lotação total no SAD e expandir a teleassistência fortalecerá a presença da Provectus na comunidade e aumentará o impacto social.
2. **Envolvimento comunitário:** A realização de eventos de grande impacto promoverá a integração social, a visibilidade da instituição e o fortalecimento das relações entre utentes, familiares e parceiros.
3. **Inovação consolidada:** A digitalização total das operações e o uso estratégico de tecnologia posicionarão a Provectus como uma referência em serviços geriátricos e cuidados domiciliários.

9. Conclusão

O Plano de Atividades 2025 reflete o compromisso da Provectus em continuar a promover um envelhecimento digno, ativo e saudável para a população idosa, enfrentando os desafios do presente com inovação e resiliência.

Ao consolidar serviços essenciais, como o Apoio Domiciliário e o Centro Interativo, fomentar a integração comunitária através de eventos inclusivos e apostar em projetos inovadores e tecnologia de ponta, a Provectus reafirma a sua posição como uma referência regional em cuidados à terceira idade.

A dedicação dos recursos humanos, o fortalecimento de parcerias estratégicas e o envolvimento ativo da comunidade são pilares fundamentais deste plano, que não só responde às necessidades atuais, mas também pavimenta o caminho para um futuro mais sustentável e inclusivo.

Com a implementação destas estratégias, acreditamos que será possível garantir mais qualidade de vida e bem-estar para os nossos utentes e as suas famílias, reforçando o impacto social da Provectus enquanto uma organização de excelência na área dos cuidados geriátricos.

Faro, 27 novembro 2024

Pela Direção

Giovanni Cerullo