



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE AZAMBUJA

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS
DIRETORA: CRISTINA RODRIGUES

Plano Anual de Atividades Socioculturais 2026

Outubro de 2025

Índice

Introdução	3
Caracterização da ERPI	4
Idade / Género	4
Habilidades literárias	5
Dependência	6
Mensalidades	7
Caracterização do SAD	9
Idade / Género	9
Mensalidades	10
Utentes por serviços:	11
Calendarização de Atividades 2026	13



Introdução

O Plano Anual de Atividades Socioculturais 2026 da Santa Casa da Misericórdia de Azambuja estrutura-se segundo os princípios centrais do envelhecimento ativo definidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que destacam saúde, participação, segurança e continuidade do projeto de vida da pessoa idosa. Rowe e Kahn, através do modelo do Envelhecimento Bem-Sucedido, evidenciam a importância da estimulação física, cognitiva e social como pilares fundamentais para um envelhecimento de qualidade.

A abordagem centrada na pessoa, proposta por Kitwood e aprofundada por Brooker com o modelo VIPS, reforça a necessidade de ambientes afetivamente seguros, valorização da identidade, respeito pelas preferências individuais e promoção de relações significativas

O envolvimento da família assume um papel essencial na qualidade de vida dos residentes. Estudos de Kaplan, Lowenstein e Sánchez demonstram que a participação regular da família em atividades institucionais aumenta a autoestima do idoso, fortalece vínculos afetivos, reforça o sentido de pertença e reduz o risco de solidão e declínio emocional. A colaboração familiar em momentos de convívio — como lanches partilhados, eventos festivos ou atividades intergeracionais — promove continuidade afetiva, mantém vivas as rotinas relacionais e proporciona um ambiente mais caloroso e autêntico dentro da ERPI.

Assim, este plano traduz o compromisso entre evidência científica, missão institucional e prática diária, promovendo um conjunto de atividades diversificadas que estimulam a autonomia, reforçam laços, fomentam participação ativa e garantem um quotidiano dinâmico, significativo e humanizado para todos os residentes.

Caracterização da ERPI¹

Idade / Género

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) acolhe atualmente 41 utentes, sendo a maioria do sexo feminino (32 utentes, 78,05%), enquanto 9 utentes (21,95%) são do sexo masculino.

Idades	Feminino		Masculino		Total %	Total #
	%	#	%	#		
70-79	12.20%	5	4.88%	2	17.07%	7
80-89	36.59%	15	12.20%	5	48.78%	20
90-99	26.83%	11	4.88%	2	31.71%	13
100-110	2.44%	1	0.00%	0	2.44%	1
Total	78.05%	32	21.95%	9	100.00%	41

Quadro nº 1

Em termos etários, observa-se uma população significativamente envelhecida, com uma média de idade de **86** anos. A maior concentração de residentes encontra-se na faixa etária dos 80 aos 89 anos, representando 48,78% do total. Seguem-se o grupo dos 90 aos 99 anos, com 31,71% dos utentes, e o grupo dos 70 aos 79 anos, com 17,07%. Regista-se ainda a presença de uma utente centenária (2,44%).

De forma global, a estrutura demográfica da ERPI demonstra uma tendência de envelhecimento progressivo, com predomínio feminino nas faixas etárias mais avançadas.

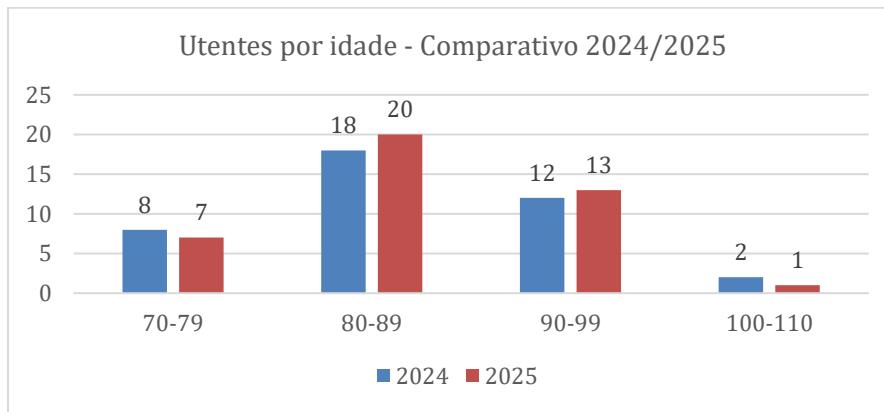


Gráfico nº 1

Comparativamente ao ano de 2024, observa-se em 2025 uma ligeira alteração na distribuição etária da população residente. Estas variações, embora pouco expressivas, evidenciam uma tendência de envelhecimento gradual e contínuo da população institucionalizada.

¹ Dados de Outubro de 2025

Habilidades literárias

No que respeita às habilidades literárias da população residente, verifica-se que a maioria dos utentes possui níveis de escolaridade baixos, característica comum às gerações mais envelhecidas. Observa-se ainda que 14,63% dos residentes não sabem ler nem escrever, enquanto uma proporção idêntica (14,63%) sabe ler e escrever, mas não possui escolaridade formal concluída. Esta distribuição evidencia uma baixa literacia global, com implicações diretas na comunicação, compreensão de informações de saúde e adesão a atividades cognitivas estruturadas, exigindo, por conseguinte, estratégias de intervenção adaptadas ao nível de literacia funcional dos utentes.

Habilidades	Feminino		Masculino		Total %	Total #
	%	#	%	#		
Não sabe ler nem escrever	12.20%	5	2.44%	1	14.63%	6
Sabe ler e escrever	7.32%	3	7.32%	3	14.63%	6
4.ª Classe	24.39%	10	2.44%	1	26.83%	11
Ensino básico	31.71%	13	2.44%	1	34.15%	14
Ensino preparatório	2.44%	1	4.88%	2	7.32%	3
Ensino secundário	0.00%	0	2.44%	1	2.44%	1
Total	78.05%	32	21.95%	9	100.00%	41

Quadro nº 2

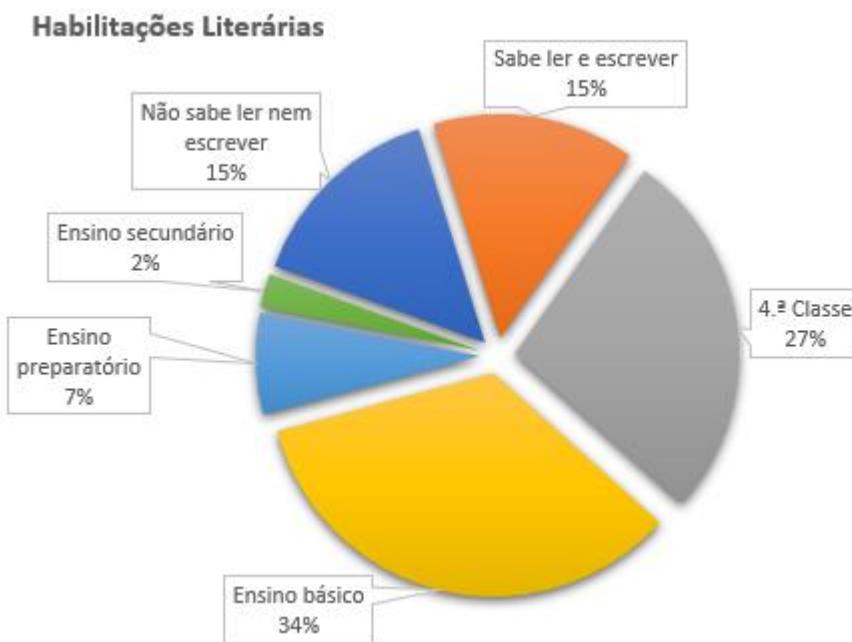


Gráfico nº 2

Dependência

A análise dos dados relativos ao grau de dependência evidencia uma situação de elevada dependência funcional, com aproximadamente 60% dos utentes a apresentarem uma dependência muito significativa, correspondendo às categorias de dependência severa (9,8%) e dependência total (48,8%).

Este resultado demonstra que a maioria dos residentes necessita de apoio contínuo e intensivo nas atividades básicas de vida diária, nomeadamente ao nível da mobilidade, higiene, alimentação e vigilância permanente. Estes dados traduzem uma população institucionalizada com elevado grau de vulnerabilidade física e cognitiva, impondo a necessidade de intervenções técnicas centradas na pessoa, com especial enfoque na prevenção da imobilidade, estimulação cognitiva e emocional, no suporte às atividades básicas de vida diária e na humanização da prestação de cuidados.

Dependência	Utentes	%
Independência	3	7%
Dependência ligeira	6	15%
Dependência moderada	8	20%
Dependência severa	4	10%
Dependência total	20	49%
Total	41	100%

Quadro nº 3

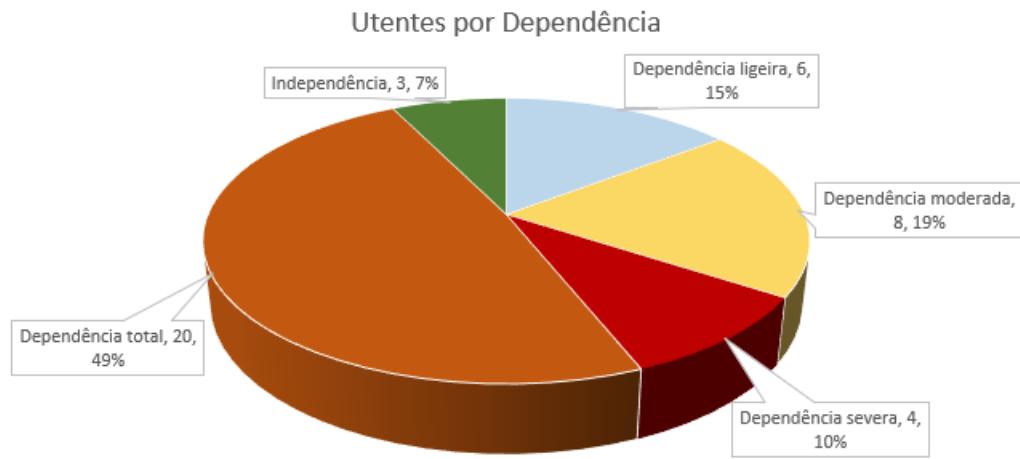


Gráfico nº 3

Mensalidades

Em 2025, observa-se um aumento expressivo do valor médio das mensalidades, com:

- **+11,99%**, passando de €758,78 em 2024, para **€849,79** em 2025.

Paralelamente, verificou-se um reforço do contributo familiar, com:

- +16,67% no número de utentes com comparticipação familiar (de 24 para 28);
- +15,07% no valor médio dessas comparticipações (de €277,06 para €318,80);

Estes resultados evidenciam um maior envolvimento das famílias no esforço financeiro associado ao acolhimento residencial.

Relativamente ao valor médio total por utente, considerando todas as fontes de financiamento — mensalidade, comparticipação familiar, comparticipação da Segurança Social e vagas cativas —, registou-se igualmente uma evolução positiva:

- **+8,11%**, passando de €1.459,76 em 2024 para **€1.578,08** em 2025;

Este crescimento reflete um reforço global do investimento por utente, traduzindo-se numa melhoria da sustentabilidade financeira da resposta social.

	2025	2024	Diff.
Média das Mensalidades	€ 849.79	€ 758.78	11.99%
Média de comparticipação do utente	€ 632.07	€ 614.84	2.80%
Número de utentes com comparticipação familiar	28	24	16.67%
Media de comparticipação familiar	€ 318.80	€ 277.06	15.07%
Número de utentes com mensalidade abaixo de 500€	6	7	-14.29%
Número de utentes Vagas Cativas SS	4	4	
Media Comparticipação Seg Social - Vagas Cativas	€ 1.296.16	€ 792.25	63.60%
Comparticipação Seg Social por Utente (Excepto vagas cativas)	€ 666.90	€ 606.59	9.94%
Media por utente (Mensalidade + Comparticipação Familiar + Comparticipação Seg Social + Comparticipação Vagas Cativas)	€ 1.578.08	€ 1.459.76	8.11%

Quadro nº 5

No que respeita à distribuição das mensalidades praticadas em 2025 (excluindo as participações da Segurança Social), verifica-se que a maioria dos residentes se concentra nas faixas de valor entre €800 e €1.200, abrangendo 31 utentes (75,6% do total). Dentro deste grupo, destaca-se a faixa dos €1.000 aos €1.200, que representa 43,9% dos residentes, refletindo a tendência para a adequação das mensalidades aos custos reais dos serviços prestados.

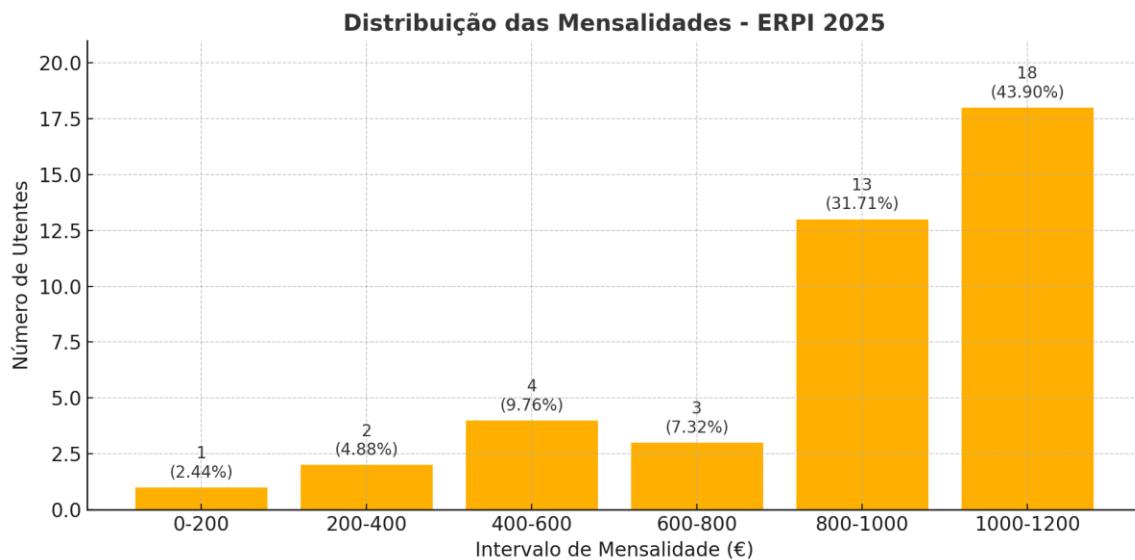


Gráfico nº 4

Caracterização do SAD²

Idade / Género

A população apoiada pelo Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) em 2025 é composta por **14** utentes, sendo 9 do sexo feminino (64,3%) e 5 do sexo masculino (35,7%), o que confirma a tendência de feminização da população idosa também observada noutras respostas sociais.

As médias de idades dos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) em 2025 são as seguintes:

- Feminino: 81,4 anos
- Masculino: 86,0 anos
- Média total: 83,1 anos

Estes valores confirmam uma população maioritariamente idosa, com uma ligeira diferença de idade média superior nos utentes do sexo masculino, o que é consistente com o padrão observado em serviços de apoio domiciliário, onde os homens tendem a aceder ao serviço em idades mais avançadas.



Gráfico n.º 5

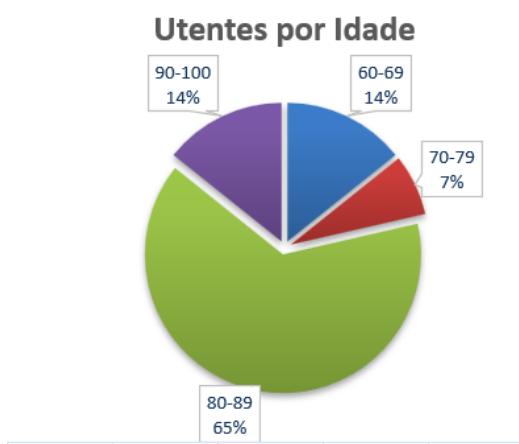


Gráfico n.º 6

É de realçar, no entanto, que apenas 8 utentes têm acordo de comparticipação com a Segurança Social.

² Dados de Outubro de 2025

Mensalidades

Em 2025, o valor médio das mensalidades do SAD situa-se em €229,82, o que representa uma redução de 14,26% face a 2024 (quando o valor médio era de €268,04).

SAD	2025	2024	Diff.
Média das Mensalidades	€ 229.82	€ 268.04	-14.26%

Quadro nº 6

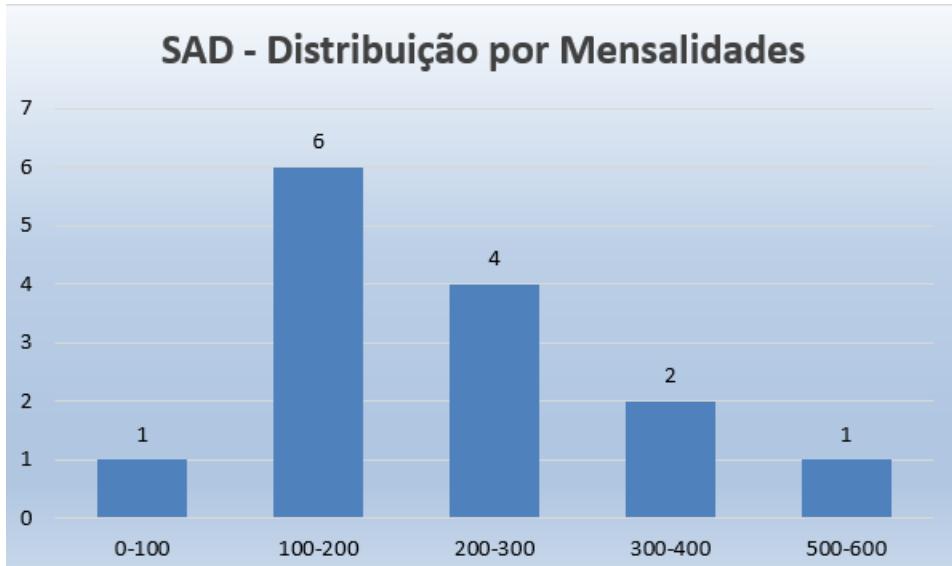


Gráfico nº 7

Utentes por serviços:

A análise dos dados referentes à prestação de serviços do SAD em 2025 evidencia uma diversificação dos apoios prestados, ajustada às necessidades individuais de cada utente. A maioria beneficia de um ou dois serviços distintos, abrangendo 12 utentes (85,7%) do total. Regista-se ainda 1 utente com três serviços e 1 utente com cinco serviços, demonstrando a flexibilidade da resposta social na adequação às situações de maior dependência ou vulnerabilidade.

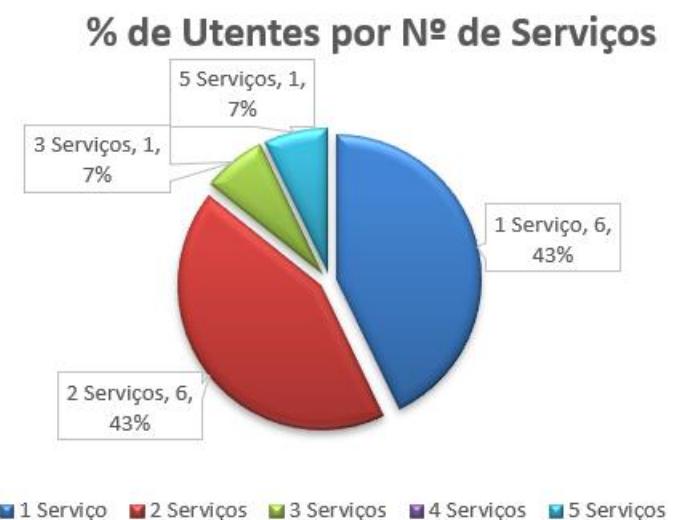


Gráfico nº 8

Nr. de Serviços	Nt. de Utentes
1 Serviço	6
2 Serviços	6
3 Serviços	1
4 Serviços	0
5 Serviços	1

Quadro nº 7

No que respeita à tipologia dos serviços prestados, o fornecimento de alimentação assume particular relevância, abrangendo 10 utentes (71,4%). Seguem-se os cuidados de higiene diária, prestados a 8 utentes (57,1%).

Número de Utentes por Serviços

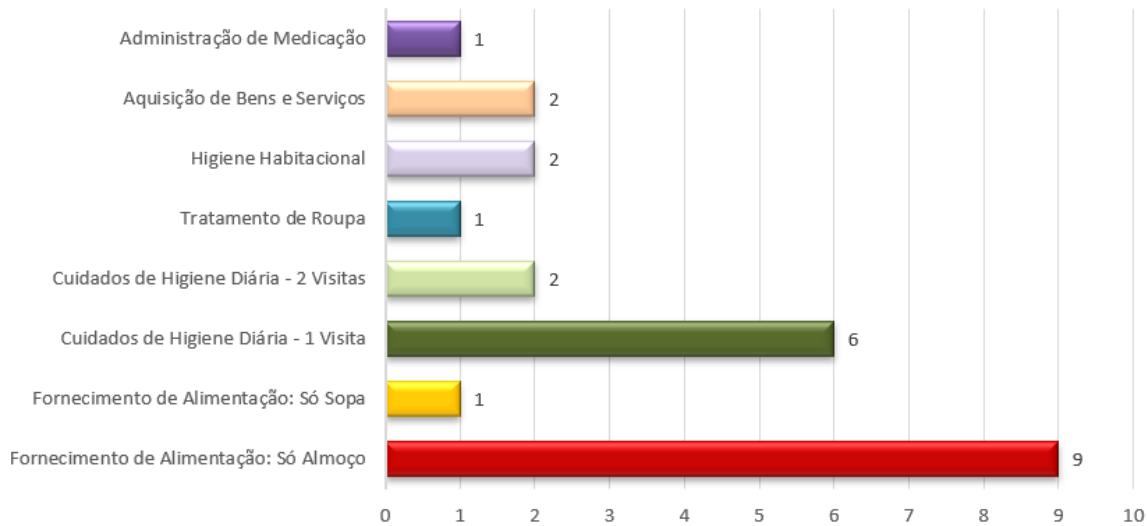


Gráfico nº 9

Esta distribuição demonstra que o SAD privilegia os cuidados básicos de alimentação e higiene, essenciais à manutenção da autonomia e qualidade de vida das pessoas idosas, assegurando simultaneamente apoios complementares direcionados às necessidades específicas de cada agregado familiar. A predominância de utentes com um número reduzido de serviços (1 ou 2) indica ainda um perfil de apoio preventivo, voltado para a permanência no domicílio em segurança e com dignidade.

Calendarização de Atividades 2026

Calendarização	Atividade	Objetivos	Recursos	Observações
1 janeiro	Dia de Ano Novo / Paz Criar pombas em origami, decoradas pelos utentes.	Estimular pensamento positivo; desenvolver motricidade fina; promover criatividade; fortalecer convívio social.	Animadora.	
6 janeiro	Dia de Reis (Intergeracional)- Enfeitar um coros de Reis.	Reforçar relações intergeracionais; estimular memória cultural; promover competências sociais; reduzir solidão; desenvolver capacidades manuais.	Equipa ERPI	Articular com a Direção técnica do C. Infantil.
8 de março	Dia da Mulher Promover um dia especial para as utentes com tratamento de unhas e rosto. Sessão fotográfica. Oferta de uma flor.	Aumentar a autoestima das utentes; valorizar as capacidades e competências das colaboradoras na prestação de cuidado de beleza. Valorizar a importância da mulher.	Animadora e Ajudantes de lar.	
19 de março	Dia do Pai Elaboração de gravatas de papel decoradas pelos utentes. Lanche	Valorizar o papel do idoso no seio família; promover momentos de proximidade e	Equipa de ERPI	



Calendarização	Atividade	Objetivos	Recursos	Observações
	partilhado entre pais e filhos.	afecto entre utente e família.		
21 março	Dia da Árvore	Desenvolver consciência ecológica; estimular criatividade; reforçar memória; promover coordenação fina; fomentar diálogo sobre ambiente.	Animadora	
1 abril	Dia das Mentiras	Estimular atenção e raciocínio; promover humor; reforçar convívio.	Animadora.	
5 abril	Páscoa	Estimular memórias religiosas; promover convívio com crianças; reforçar significado espiritual; orientar no tempo.	Equipa ERPI	
10 abril	38º Aniversário da ERPI	Reforçar identidade institucional; valorizar história coletiva; estimular memória; promover bem-estar social.	Equipa ERPI	Articular com a Direção técnica do C. Infantil.
	Atividade Intergeracional			
1 maio	Dia do Trabalhador	Evocar memórias profissionais; estimular linguagem e narrativa; reforçar identidade; promover interação social.	Animadora	
2 maio	Dia da Mãe	Valorizar maternidade; reforçar	Animadora.	

Calendarização	Atividade	Objetivos	Recursos	Observações
		vínculos familiares; promover expressão emocional; estimular criatividade; promover um lanche convívio partilhado com familiares.		
15 maio	Dia da Família		Equipa da ERPI	
	Convidar os familiares para a comemoração deste dia.	Proporcionar ao idoso o reconhecimento da sua importância no seio familiar; Proporcionar afectos.		
22 maio	Feira de Maio	Promover identidade cultural; estimular memória histórica; reforçar contacto comunitário; fomentar convívio externo.	Animadora	
29 maio	Dia da Espiga “Apanhar a espiga”	Estimular contacto com a natureza; reforçar tradições; promover mobilidade; estimular memória rural.	Motorista. Ajudantes de lar Animadora	
6 junho	Passeio a Fátima	Reforçar espiritualidade; promover bem-estar emocional; estimular mobilidade; proporcionar experiência significativa.	Equipa da ERPI	
10 junho	Dia de Portugal	Estimular memória cultural; promover reflexão histórica;	Animadora	

Calendarização	Atividade	Objetivos	Recursos	Observações
		desenvolver motricidade fina; reforçar identidade nacional.		
24 junho	Santos Populares	Promover expressão corporal; reforçar tradições; estimular alegria coletiva; promover convívio familiar.	Equipa da ERPI	
14 julho	Passeio à Serra de Montejunto	Promover contacto com a natureza; estimular mobilidade; reforçar convívio; proporcionar bem-estar.	Motorista Ajudantes de lar Animadora	
22 julho	Visita à Nazaré	Estimular memória cultural; promover lazer; reforçar interação social; proporcionar experiência marítima.	Motorista Ajudantes de lar Animadora.	
26 julho	Dia dos Avós	Valorizar papel dos avós; reforçar vínculos familiares; estimular memória afetiva; promover um lanche convívio.	Equipa da ERPI.	
4 agosto	Ida à Praia – Foz do Arelho	Estimular relaxamento; promover saúde física; favorecer contacto ambiental positivo.	Motorista Ajudantes de lar Animadora	
12 agosto	Lanche no Palácio da Rainha	Promover convívio; reforçar autoestima; proporcionar	Motorista	

Calendarização	Atividade	Objetivos	Recursos	Observações
		experiência cultural e gastronómica.	Ajudantes de lar Animadora	
27 agosto	Lanche em Valada	Promover socialização; contacto com exteriores; reforçar bem-estar.	Motorista Ajudantes de lar Animadora	
1 outubro	Dia Internacional do Idoso. Atividade Intergeracional com alunos do C. Infantil	Celebrar envelhecimento ativo; reforçar relações intergeracionais; promover felicidade; estimular autoestima.	Equipa da ERPI	Articular com a Direção técnica do C. Infantil.
1 novembro	Dia de Todos os Santos	Valorizar tradições; reforçar identidade cultural; estimular motricidade fina;	Equipa da ERPI	Articular com a Direção técnica do C. Infantil.
	Pão por Deus-atividade intergeracional			
5 novembro	Dia Mundial do Cinema	Estimular memória autobiográfica; promover lazer; reforçar atenção; favorecer expressão oral.	Animadora	
11 novembro	São Martinho	Manter tradições; estimular sentidos; reforçar convívio; incentivar partilha.	Animadora	

Calendarização	Atividade	Objetivos	Recursos	Observações
18 dezembro	Festa de Natal	Promover bem-estar emocional; reforçar ambiente familiar; estimular expressão artística; reforçar relações.	Equipa da ERPI	
24-25 dezembro	Ceia e Dia de Natal	Minimizar solidão; reforçar tradições; promover convivência; estimular afetividade.	Equipa da ERPI	

Observações: Todas as atividades são sujeitas a alterações, consoante as necessidades e vontades dos utentes, grau de autonomia, recursos e disponibilidades.

Além das atividades festivas realizadas ao longo do ano, são desenvolvidas diversas **atividades semanais** que têm como objetivo promover o bem-estar físico, cognitivo, emocional e espiritual dos utentes. Essas atividades são programadas de forma a favorecer a convivência, o estímulo das capacidades individuais e o fortalecimento dos vínculos sociais.

Entre as atividades realizadas, destacam-se a **ginástica**, que contribui para a manutenção da mobilidade, do equilíbrio e da autonomia física, proporcionando mais disposição e qualidade de vida no dia a dia. A **estimulação cognitiva** procura exercitar a memória, a atenção e o raciocínio, prevenindo o declínio das funções mentais e incentivando o pensamento ativo e criativo.

Os **jogos de mesa** são momentos de lazer e socialização, que ajudam a desenvolver a concentração, o raciocínio estratégico e a convivência harmoniosa em grupo. Já os **trabalhos manuais** estimulam a coordenação motora, a criatividade e o senso de realização pessoal, permitindo que cada utente expresse suas habilidades e talentos.

As **atividades de expressão plástica** e **atividades musicais** oferecem espaços de liberdade e expressão artística, despertando emoções, memórias afetivas e promovendo a autoestima. As **dinâmicas de grupo** são voltadas para o fortalecimento das relações interpessoais, o desenvolvimento da empatia, da cooperação e do espírito de equipa.



Além disso, são realizadas **atividades religiosas**, como a **rezar do terço**, que proporcionam momentos de espiritualidade, fé, reflexão e fortalecimento interior, respeitando as crenças e valores de cada utente.

De forma geral, todas essas atividades têm como principais objetivos estimular a autonomia, favorecer o envelhecimento ativo e saudável, promover a integração social e emocional, estimular as capacidades físicas, cognitivas e criativas, além de oferecer momentos de lazer, convivência e espiritualidade.