



Centro Social da Paróquia da Areosa

**Lomo Linda,
CALIFORNIA**

**Sardinia,
ITALY**

**Okinawa,
JAPAN**

**Ikaria,
GREECE**

**Nicoya,
COSTA RICA**

RELATÓRIO DE EXECUÇÃO

DO

PLANO DE AÇÃO 2025

ÍNDICE

Introdução	4
Caracterização das Respostas Sociais	4
Centro de Dia	4
Serviço de Apoio Domiciliário	7
Centro de Convívio	9
Programa de Emergência Alimentar	12
Ação Social	14
Atendimentos Sociais	15
Prestação de Cuidados	15
Animação e Socialização	17
Atividades de animação/socialização, lúdico-recreativas e socioculturais	17
Programas de intervenção	19
Atividades socioculturais	19
Avaliação da Satisfação	21
Avaliação da Satisfação dos clientes de Centro de Dia	21
Avaliação da Satisfação dos clientes de Serviço de Apoio Domiciliário	25
Avaliação da Satisfação dos clientes de Centro de Convívio	29
Avaliação da Satisfação com os Programas de Intervenção	32
Avaliação da Satisfação por autorrelato	33
Outras Ações	34
Formação Profissional	34
Revisão Código Conduta	35
Revisão Manual Funções	35
Elaboração Manual Acolhimento	35

Plataforma My Senior	35
Preparação Individualizada da Medicação (PIM)	35
Visitas Candidatos Autárquicos	35
Representação Institucional	36
Ações Operacionais	36
Recursos Humanos	37
Processos em Curso	39
Conclusão	39

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Distribuição por género dos utentes de Centro de Dia	5
Gráfico 2 Distribuição por escalão etário dos utentes de Centro de Dia	5
Gráfico 3 Distribuição por género dos utentes admitidos em Centro de Dia	6
Gráfico 4 Distribuição por escalão etário dos utentes admitidos em Centro de Dia	6
Gráfico 5 Motivos das desistências em Centro de Dia	6
Gráfico 6 Distribuição por género dos utentes que desistiram de Centro de Dia	6
Gráfico 7 Distribuição por escalão etário dos utentes que desistiram de Centro de Dia	6
Gráfico 8 Distribuição por género dos utentes de SAD	7
Gráfico 9 Distribuição por escalão etário dos utentes de SAD	7
Gráfico 10 Distribuição por género dos utentes admitidos em SAD	8
Gráfico 11 Distribuição por escalão etário dos utentes admitidos em SAD	8
Gráfico 12 Distribuição por género dos utentes que desistiram de SAD	8
Gráfico 13 Distribuição por escalão etário dos utentes que desistiram de SAD	8
Gráfico 14 Motivos das desistências em SAD	8
Gráfico 15 Distribuição por género dos utentes de Centro de Convívio	9
Gráfico 16 Distribuição por escalão etário dos utentes de Centro de Convívio	9
Gráfico 17 Distribuição por género dos utentes admitidos em Centro de Convívio	10
Gráfico 18 Distribuição por escalão etário dos utentes admitidos em Centro de Convívio	10
Gráfico 19 Distribuição por género dos utentes que desistiram de Centro de Convívio	11
Gráfico 20 Distribuição por escalão etário dos utentes que desistiram de CC	11
Gráfico 21 Motivos das desistências em Centro de Convívio	11
Gráfico 22 Distribuição por escalão etário dos beneficiários do PEA	12

Gráfico 23 Distribuição por género dos beneficiários do PEA	12
Gráfico 24 Tipologia dos agregados familiares dos beneficiários do PEA	13
Gráfico 25 Situação Profissional dos beneficiários do PEA	13
Gráfico 26 Distribuição dos serviços prestados em SAD	16
Gráfico 27 Avaliação da satisfação dos clientes de CD com as instalações e equipamentos	21
Gráfico 28 Avaliação da satisfação dos clientes de CD com os profissionais / colaboradores	22
Gráfico 29 Avaliação da satisfação dos clientes de CD com o atendimento e informação	23
Gráfico 30 Avaliação da satisfação dos clientes de CD com os serviços	24
Gráfico 31 Avaliação global do Centro de Dia	24
Gráfico 32 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com as instalações e equipamentos	25
Gráfico 33 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com os profissionais / colaboradores	26
Gráfico 34 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com o atendimento e informação	27
Gráfico 35 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com os serviços	28
Gráfico 36 Avaliação global do Serviço de Apoio Domiciliário	28
Gráfico 37 Avaliação da satisfação dos clientes de CC com as instalações e equipamentos	29
Gráfico 38 Avaliação da satisfação dos clientes de CC com os profissionais / colaboradores	30
Gráfico 39 Avaliação da satisfação dos clientes de CC com o atendimento e informação	30
Gráfico 40 Avaliação da satisfação dos clientes de CC com os serviços	31
Gráfico 41 Avaliação global do Centro de Convívio	31
Gráfico 42 Avaliação da Satisfação com o Programa Artesanato	32
Gráfico 43 Avaliação da Satisfação com o Programa Pintura	32
Gráfico 44 Avaliação da Satisfação com o Programa Teatro	32
Gráfico 45 Avaliação da Satisfação com o Programa Grupo Musical	32
Gráfico 46 Avaliação da Satisfação com o Programa Ginástica/Dança	32
Gráfico 47 Avaliação da Satisfação com o Programa Saúde e Bem-Estar	32
Gráfico 48 Avaliação da Satisfação com o Programa Jogos Seniores/Literacia	33

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 Distribuição de refeições em Cantina Social	14
Quadro 2 Atendimentos sociais	15
Quadro 3 Serviços no âmbito da prestação de cuidados	16
Quadro 4 Atividades de animação/socialização, lúdico-recreativas e socioculturais	17
Quadro 5 Programas de intervenção no âmbito da animação	19
Quadro 6 Atividades socioculturais Centro de Convívio	19
Quadro 7 Formação profissional	34

RELATÓRIO DE EXECUÇÃO DO PLANO DE AÇÃO 2024

1. Introdução

O Relatório de Execução do Plano de Ação 2025 apresenta resumidamente as metodologias e as atividades desenvolvidas ao longo do ano, bem como os resultados obtidos através da sua execução, aglutinando as informações relativas às respostas sociais existentes no Centro Social da Paróquia da Areosa: Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário, Centro de Convívio e Programa de Emergência Alimentar.

Ao longo do presente relatório, procede-se à explanação de informação referente a clientes abrangidos, admissões e saídas dos clientes das diferentes respostas sociais e à caracterização dos mesmos. Expõem-se os resultados referentes à intervenção na área da ação social, nomeadamente no que concerne os atendimentos sociais e as visitas domiciliárias.

Na área da prestação de cuidados mostram-se os resultados obtidos ao longo do ano, abordando os serviços de cuidados de higiene e conforto pessoal, higiene pessoal adicional, cuidados de imagem, higiene habitacional, fornecimento de refeições à semana, fornecimento de refeições aos fins de semana e feriados, alimentação apoiada, tratamento de roupa, transporte, animação/socialização, atividades socioculturais e ajudas técnicas.

Exibe-se a avaliação no âmbito do serviço de animação e socialização, nomeadamente as atividades lúdico-recreativas e as atividades socioculturais.

Expõem-se variadas ações implementadas quer no que diz respeito à dimensão técnica, quer no que concerne a dimensão operacional, mencionando realizações a nível das infraestruturas e equipamentos.

A avaliação da satisfação dos clientes realizou-se com recurso a questionários de avaliação da satisfação e a questionários de autorrelato, cujas conclusões se mostram mais adiante no presente relatório.

2. Caracterização das Respostas Sociais

2.1. Centro de Dia

Durante o ano de 2025 foi abrangido pela resposta social de Centro de Dia um total de cento e trinta e cinco clientes. Noventa e um clientes desta resposta foram mulheres e quarenta e quatro pertenciam ao sexo masculino.

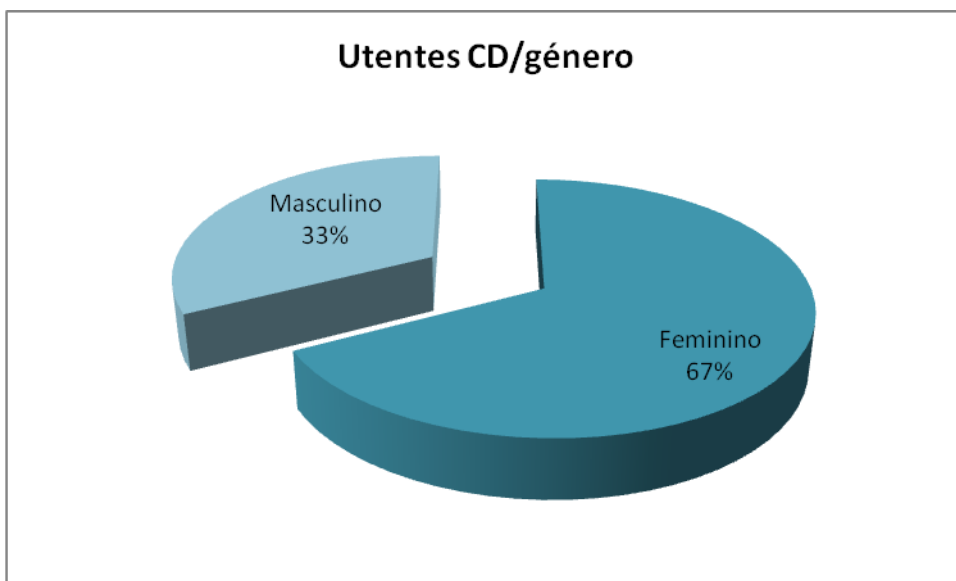


Gráfico 1 Distribuição por género dos utentes de Centro de Dia

A maioria destes clientes apresentaram idades compreendidas entre os setenta e sete e os oitenta e seis anos.

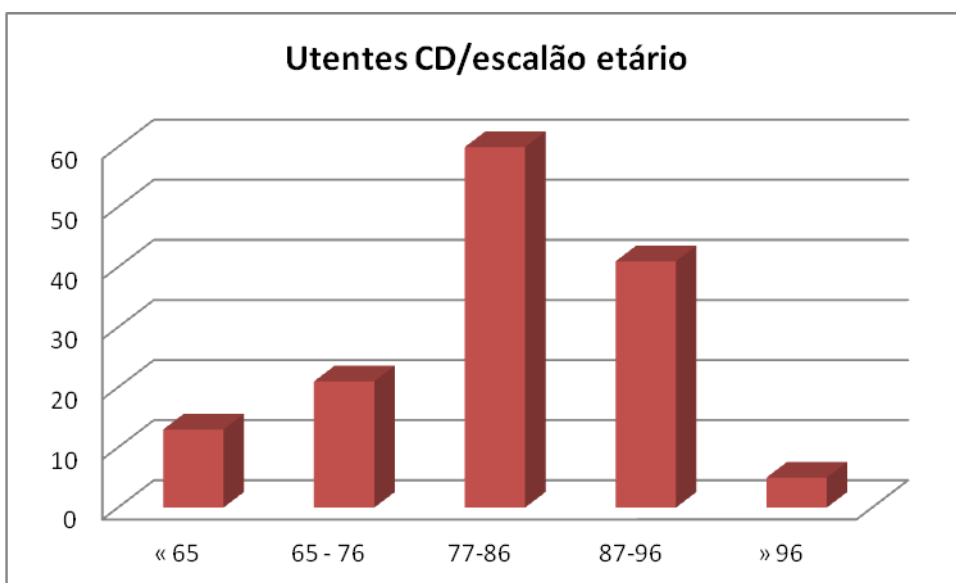


Gráfico 2 Distribuição por escalão etário dos utentes de Centro de Dia

Registaram-se trinta e nove novas admissões referentes a vinte e oito clientes do sexo feminino e onze do sexo masculino, pertencentes maioritariamente à faixa etária entre os setenta e sete e os oitenta e seis anos de idade.

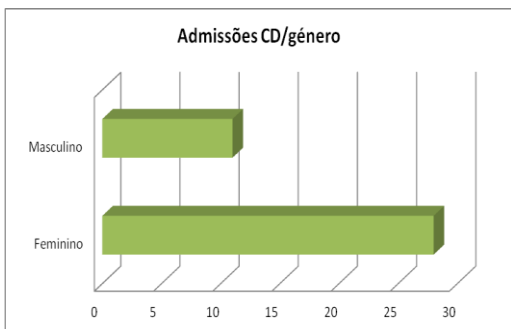


Gráfico 3 Distribuição por gênero dos utentes admitidos

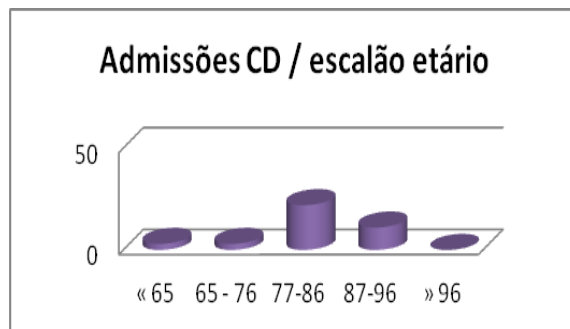


Gráfico 4 Distribuição por escalão etário dos utentes admitidos

Por outro lado, foram quarenta e dois os clientes que desistiram da frequência desta resposta social. Em dezassete dos casos a desistência ficou a dever-se a uma decisão motivada por motivos pessoais, quatro clientes passaram a integrar a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, treze Estrutura Residencial para Idosos, um Cuidados Paliativos e sete faleceram.

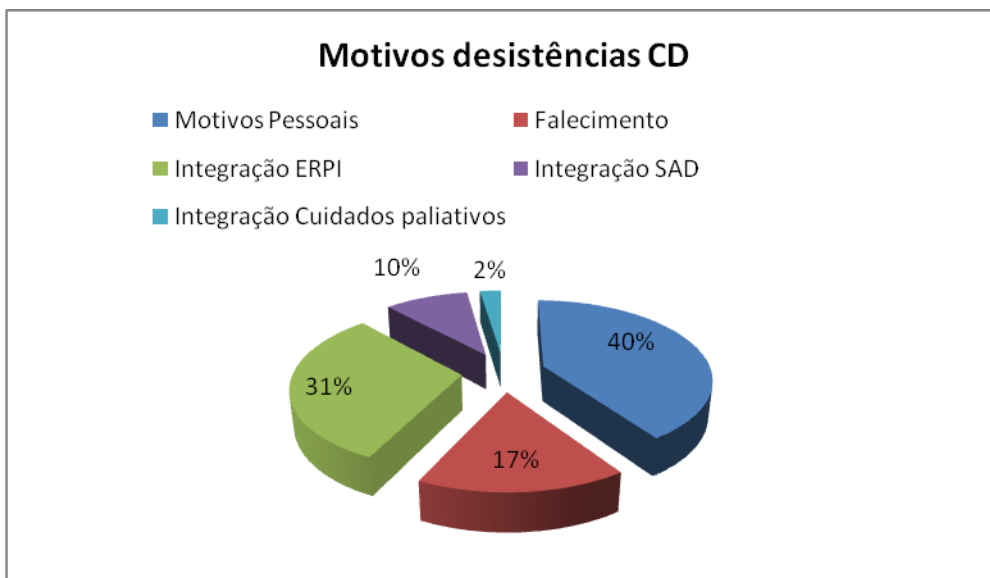


Gráfico 5 Motivos das desistências em Centro de Dia

A maioria dos clientes que cessaram os serviços em 2024 foram mulheres entre os setenta e sete e os oitenta e seis anos.

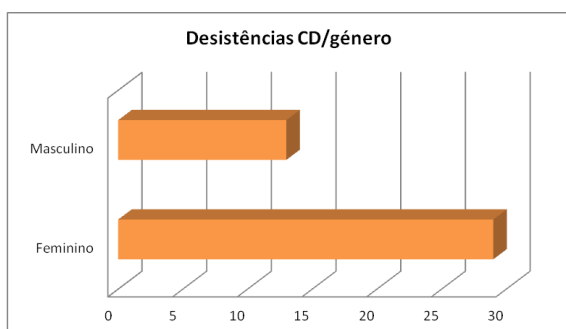


Gráfico 6 Distribuição por género dos utentes que desistiram

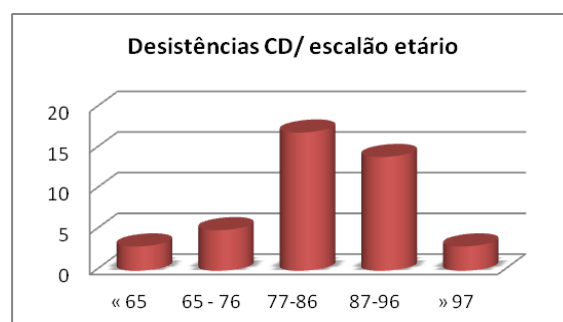


Gráfico 7 Distribuição por escalão etário dos utentes que desistiram

2.2. Serviço de Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário deu resposta a noventa e três clientes, sessenta e dois dos quais mulheres e trinta e um homens, maioritariamente com idades entre os oitenta e sete e os noventa e seis anos.

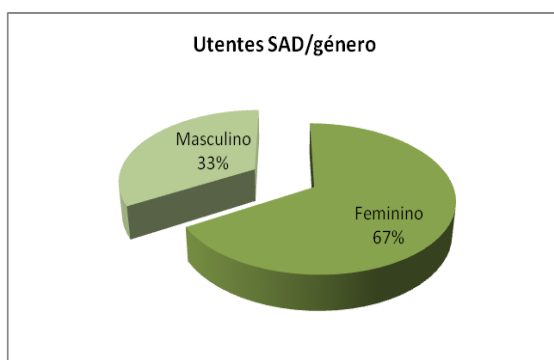


Gráfico 8 Distribuição por género dos utentes de SAD

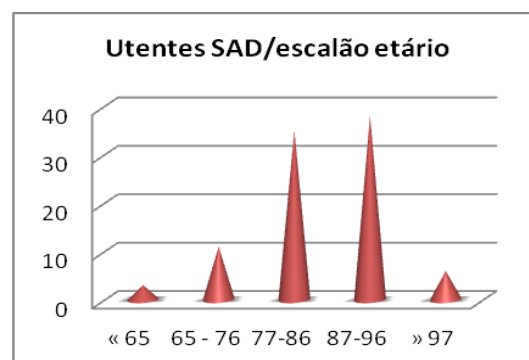


Gráfico 9 Distribuição por escalão etário dos utentes de SAD

Ao longo do ano foram admitidos trinta e três clientes na resposta de Serviço de Apoio Domiciliário, vinte dos quais mulheres e treze homens, na sua maioria entre os oitenta e sete e os noventa e seis anos de idade.

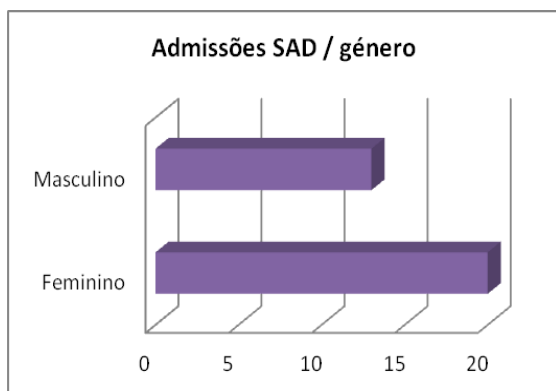


Gráfico 10 Distribuição por género dos utentes admitidos

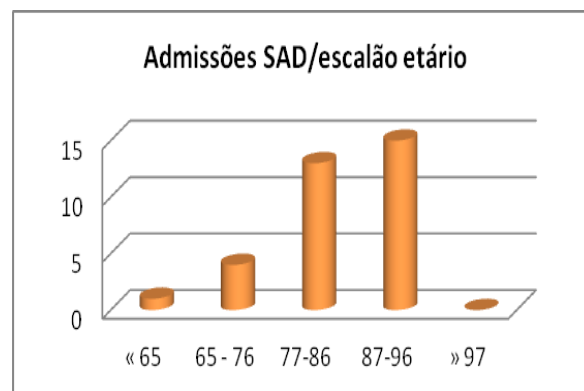


Gráfico 11 Distribuição por escalão etário dos utentes admitidos

Trinta e uma mulheres e doze homens, maioritariamente entre os oitenta e sete e os noventa e seis anos de idade, deixaram de usufruir deste serviço.

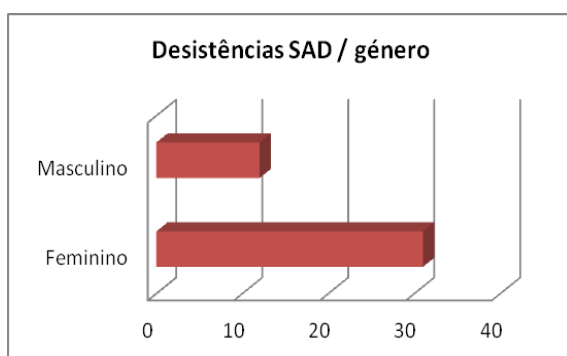


Gráfico 12 Distribuição por género dos utentes que desistiram

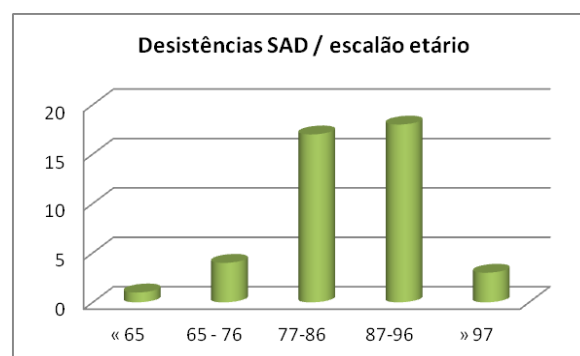


Gráfico 13 Distribuição por escalão etário dos utentes que desistiram

Dezassete clientes tomaram esta decisão por motivos pessoais, dezasseis faleceram, quatro transitaram para a resposta social de Centro de Dia, quatro integraram Estrutura Residencial para Idosos e um UCCI.

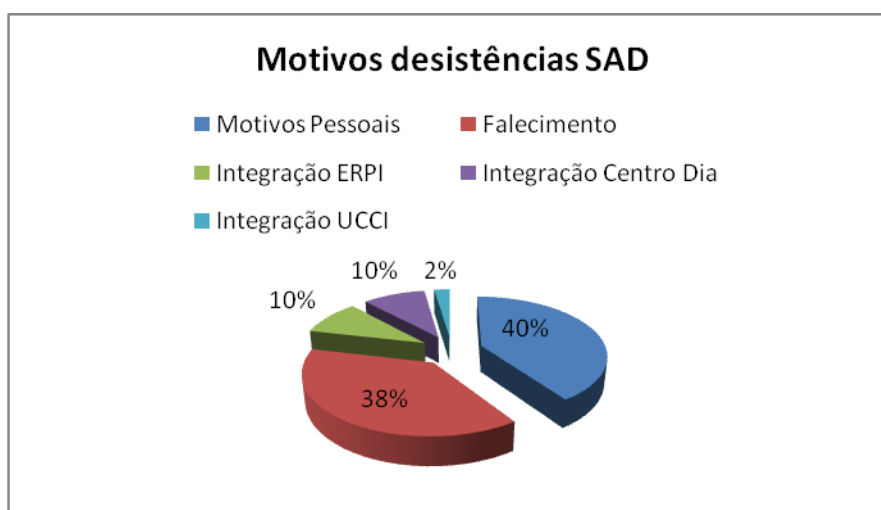


Gráfico 14 Motivos das desistências em SAD

2.3. Centro de Convívio

No que ao Centro de Convívio concerne, foi abrangido um total de sessenta e cinco clientes nesta resposta social.

Destes, cinquenta e três pertenciam ao sexo feminino e doze ao sexo masculino.

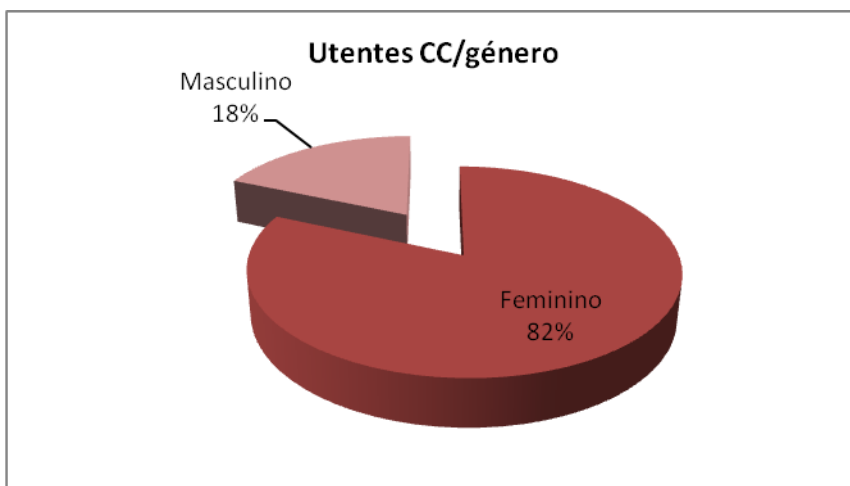


Gráfico 15 Distribuição por género dos utentes de Centro de Convívio

A maioria dos clientes pertencia à faixa etária entre os setenta e sete e os oitenta e seis anos de idade.

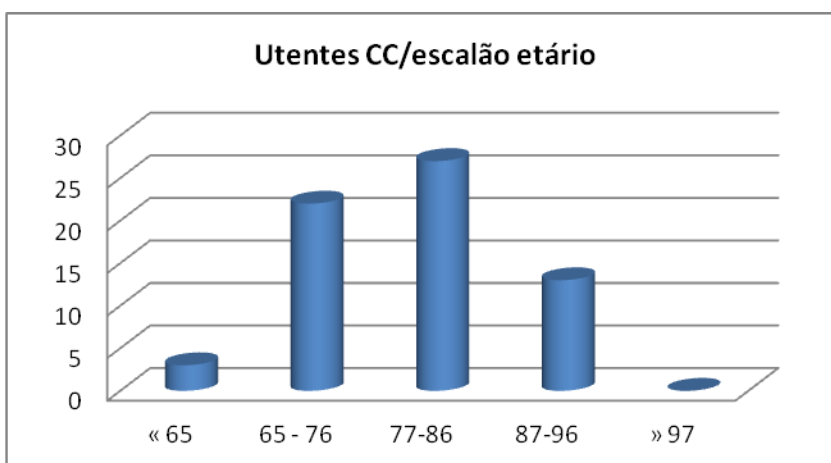


Gráfico 16 Distribuição por escalão etário dos utentes de Centro de Convívio

Durante o ano foram realizadas dez admissões. Nove mulheres e um homem passaram a integrar esta resposta social.

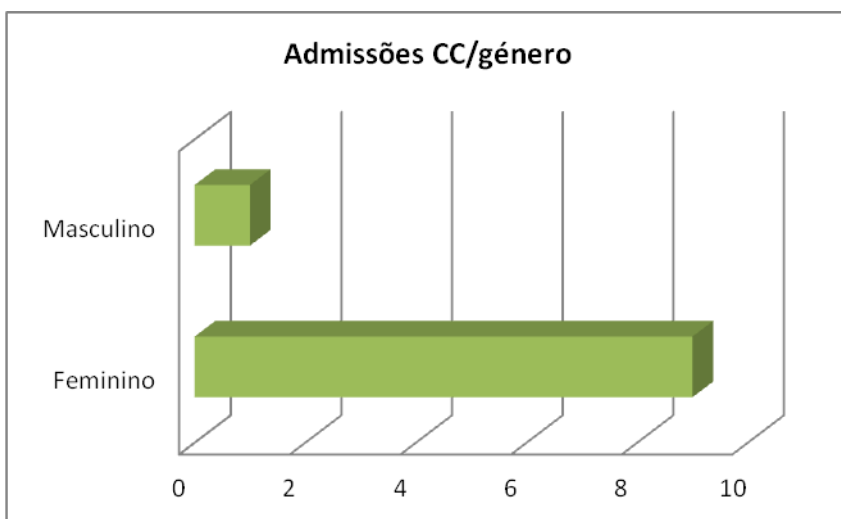


Gráfico 17 Distribuição por género dos utentes admitidos

Os clientes admitidos apresentaram idades maioritariamente entre os setenta e sete e os oitenta e seis anos de idade.

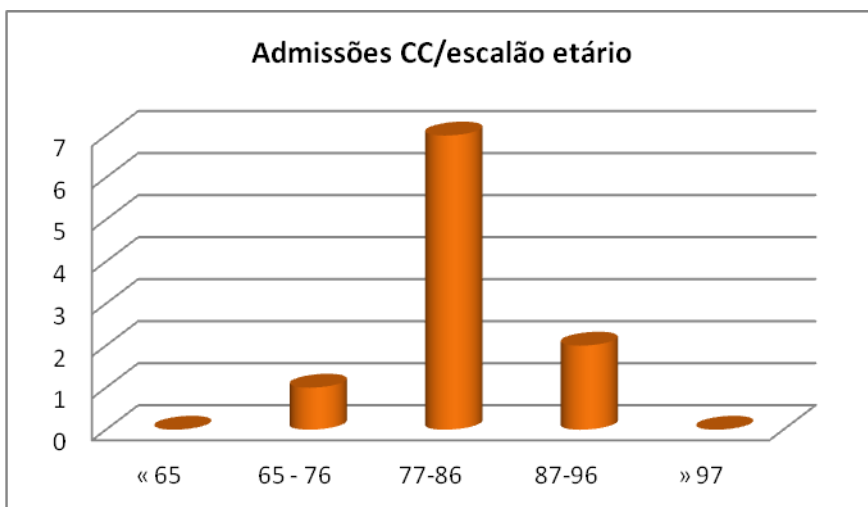


Gráfico 18 Distribuição por escalão etário dos utentes admitidos

Foram doze os clientes que desistiram de Centro de Convívio, doze mulheres e um homem. A maior parte dos clientes que desistiram da resposta social inseriam-se no grupo etário entre os oitenta e sete e os noventa e seis anos de idade.

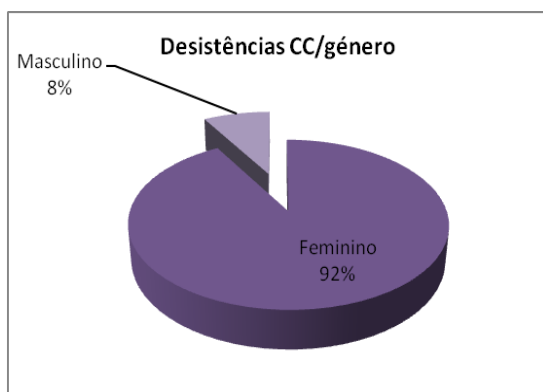


Gráfico 19 Distribuição por género dos utentes que desistiram

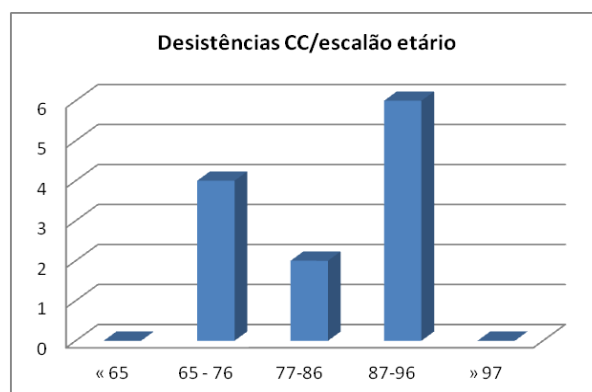


Gráfico 20 Distribuição por escalão etário dos utentes que desistiram

Dois transitaram para a resposta social de Centro de Dia e dez desistiram por motivos pessoais.

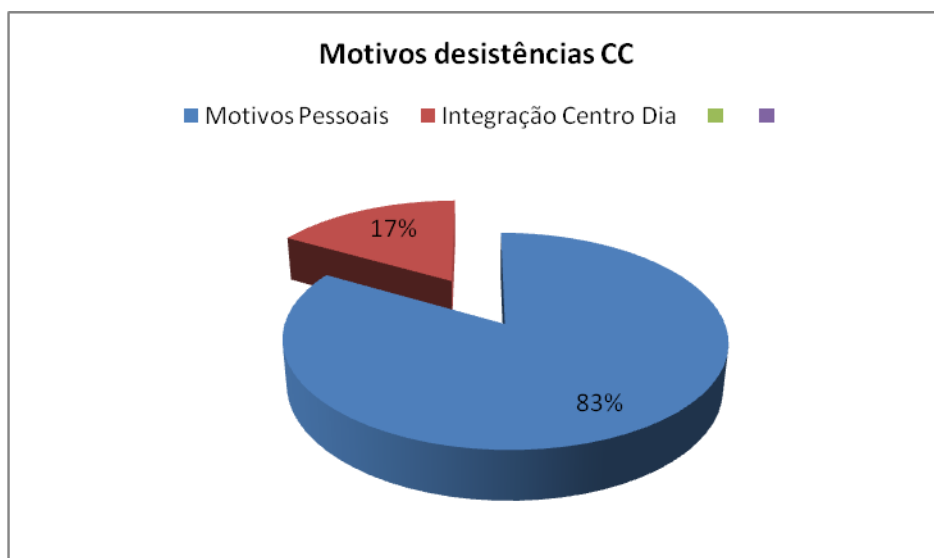


Gráfico 21 Motivos das desistências em Centro de Convívio

2.4. Programa de Emergência Social

Durante o ano de 2025 foram beneficiários do Programa de Emergência Alimentar catorze pessoas, com a distribuição por escalão etário conforme expresso no gráfico abaixo.

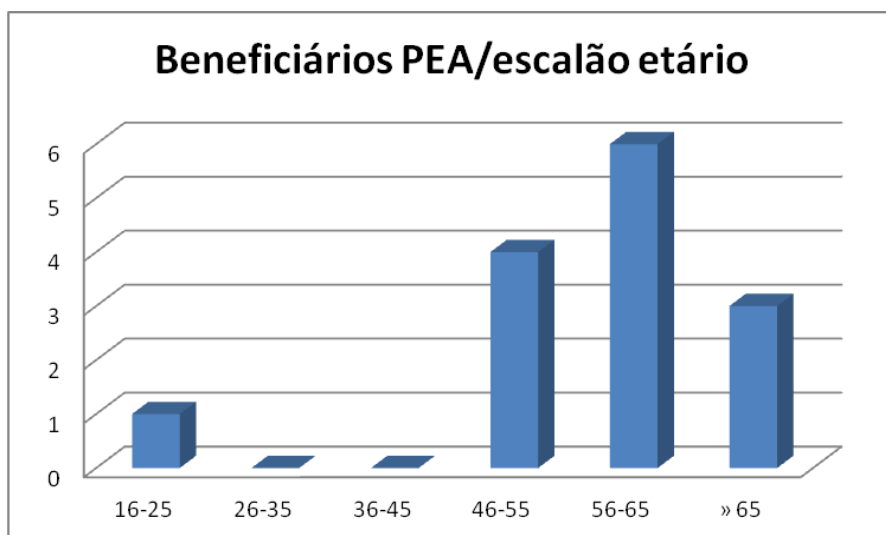


Gráfico 22 Distribuição por escalão etário dos beneficiários do PEA

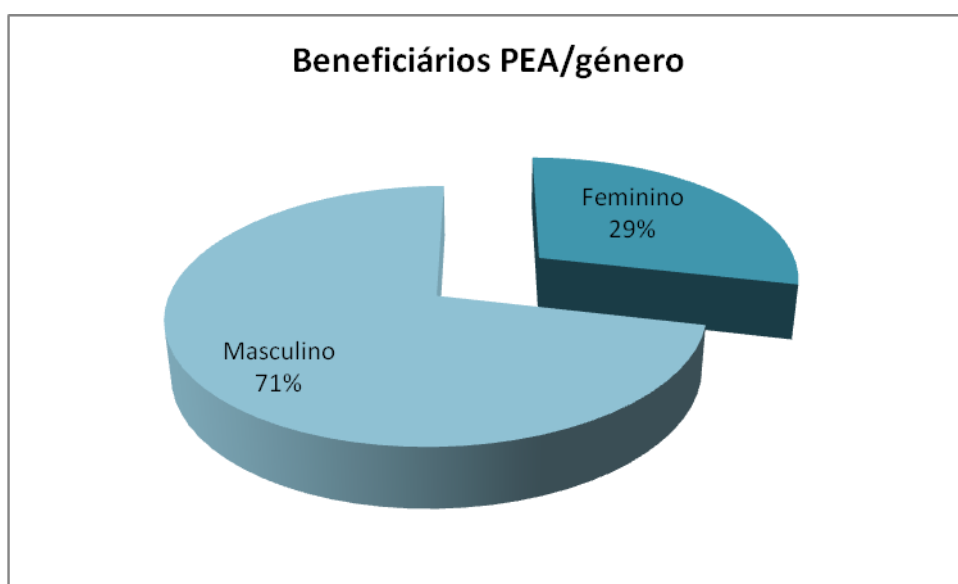


Gráfico 23 Distribuição por género dos beneficiários do PEA

71% dos elementos que usufruíram de Cantina Social eram do sexo masculino e 29% representavam o sexo feminino.

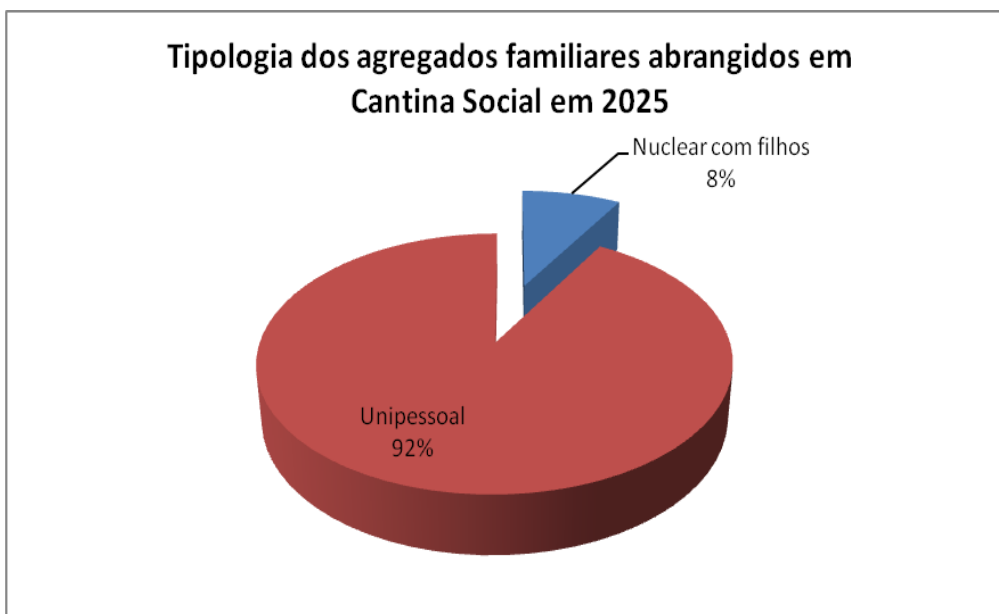


Gráfico 24 Tipologia dos agregados familiares dos beneficiários do PEA

Quanto às tipologias de agregado familiar, 92% são provenientes de família unitária e 8% pertenciam a família nuclear com filhos.

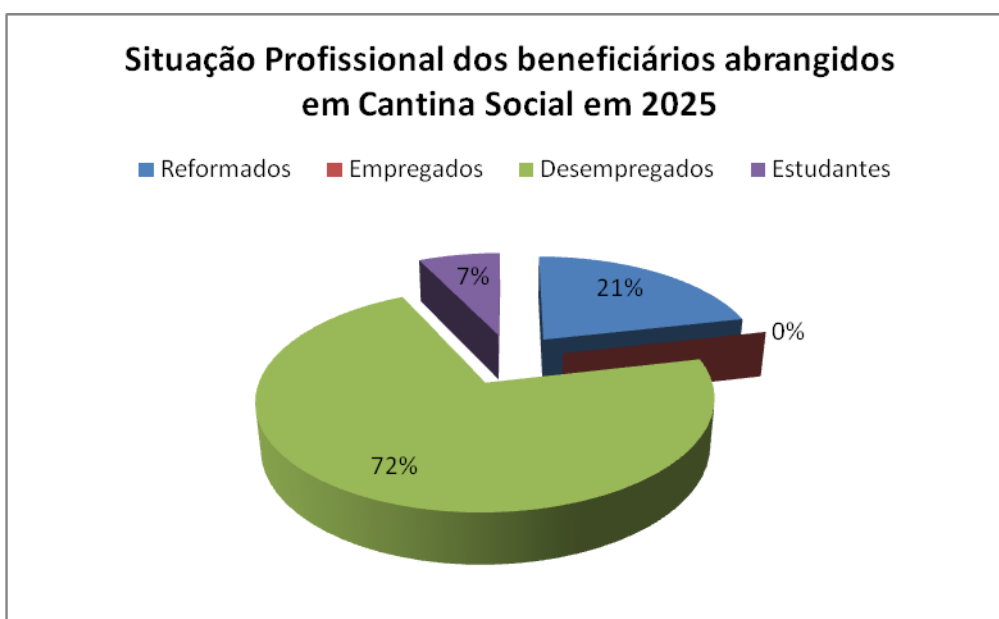


Gráfico 25 Situação profissional dos beneficiários do PEA

Relativamente à situação profissional, 72% dos beneficiários são desempregados, 21% reformados e 7% estudantes.

O quadro 1 ilustra a distribuição das refeições do Programa de Emergência Alimentar.

Meses	N.º Dias	N.º refeições protocoladas	Refeições entregues	Ref. Extra	Faltas	N.º refeições sem atribuição
jan-25	31	310	226	0	39	45
fev-25	28	280	214	0	28	38
mar-25	31	310	293	0	17	0
abr-25	30	300	245	0	55	0
mai-25	31	310	260	0	44	6
jun-25	30	300	261	0	39	0
jul-25	31	310	188	0	94	28
ago-25	31	310	204	0	75	31
set-25	30	300	228	0	69	3
out-25	31	310	259	0	48	3
nov-25	30	300	257	0	43	0
dez-25	31	310	250	0	29	31
Total		3650	2885	0	580	185

Quadro 1 Distribuição de refeições em Cantina Social

3.Ação Social

O objetivo central da intervenção na área da **ação social** foi prestar o apoio psicossocial necessário a cada um que procurou a intervenção da instituição, o que foi realizado através de atendimento social presencial, telefónico e por correio eletrónico a clientes, famílias, cuidadores e à comunidade em geral, de visitas domiciliárias e de articulação institucional.

3.1. Atendimentos Sociais

Serviço	Número
Atendimentos Presenciais	1723
Atendimentos Telefónicos	4125
Atendimentos Mail	526
Atendimentos Iniciais	731
Atendimentos Gestão Processos	3274
Atendimentos Comunidade	54
Visitas Domiciliárias	381
Total	10814

Quadro 2 Atendimentos Sociais

O quadro acima mostra que durante 2025 foram realizados dez mil, oitocentos e catorze **atendimentos sociais** pela equipa técnica: milsetecentos e vinte e três atendimentos presenciais, quatro mil, cento e vinte e cinco atendimentos telefónicos e quinhentos e vinte e seis atendimentos através de correio eletrónico.

Três mil duzentos e setenta e quatro destes atendimentos foram realizados no âmbito da gestão dos processos individuais das diferentes respostas sociais, setecentos e trinta e um no âmbito dos processos de admissão e cinquenta e quatro foram atendimentos à comunidade.

4. Prestação de Cuidados

No âmbito das diferentes respostas sociais foram prestados diversos cuidados através dos serviços. O quadro seguinte mostra os clientes que usufruíram destes serviços ao longo do ano de 2025.

Serviço	Clientes Abrangidos				Total
	CD	SAD	CC	PEA	
Cuidados de higiene e conforto pessoal	40	63			103
Higiene Pessoal Adicional		5			5
Cuidados Imagem	42	62			104
Higiene Habitacional		64			64
Fornecimento de refeições dias úteis	135	76		14	225
Fornecimento de refeições aos fins de semana e feriados	24	40		14	78
Alimentação Apoiada		10			10
Tratamento de Roupa	20	21	1		42
Transporte	106				106
Animação/ Socialização	135	93			363
Atividades socioculturais			65		65
Apoio Psicossocial	135	93	65	14	307
Ajudas Técnicas	0	4	0		4
Jantar Extra	10	1	0	0	11
Suplemento noite	31	2	0	0	33

Quadro 3 Serviços no âmbito da prestação de cuidados

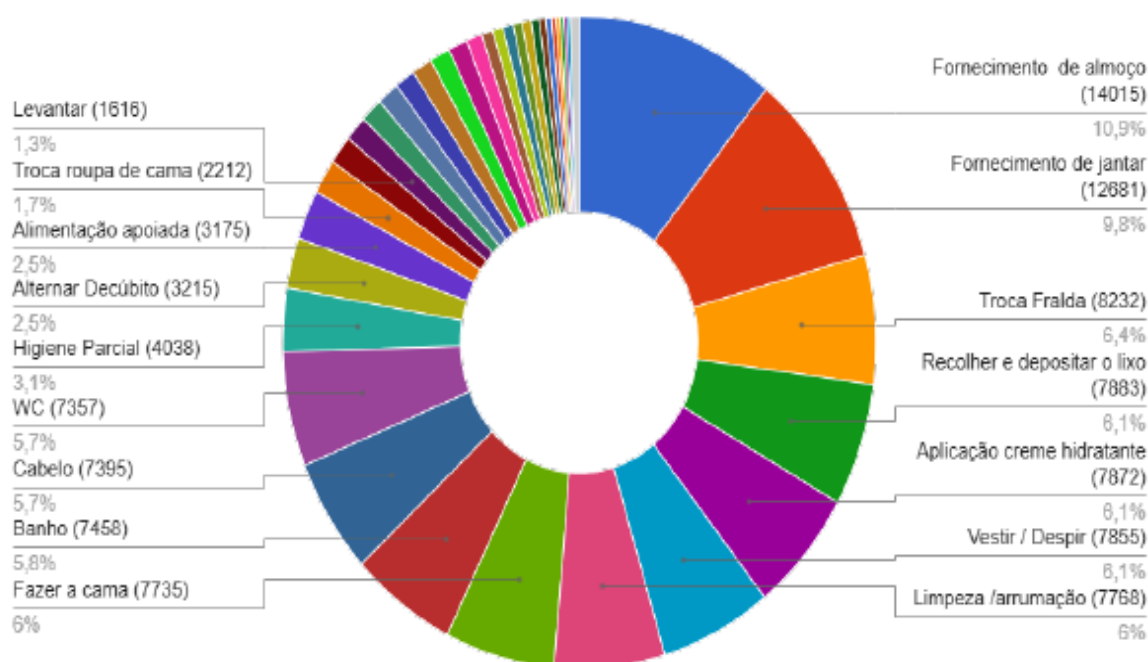


Gráfico 26 Distribuição dos serviços em SAD

O gráfico acima revela o volume dos cuidados prestados ao longo do ano no Serviço de Apoio Domiciliário. O serviço de fornecimento de alimentação foi o mais prestado, tendo sido fornecidos 14015 almoços e 12681 jantares.

No que diz respeito aos serviços de higiene pessoal, constata-se que foram prestados 7458 banhos a que se associam semelhantes resultados no que concerne os cuidados de aplicação de creme hidratante, vestir/despir e ida ao WC.

Procedeu-se à troca de fralda por 8232 vezes, atividade prestada quer associada ao banho, quer à higiene parcial, normalmente prestada no período da tarde e que ocorreu por 4038 vezes.

No que aos Cuidados de Imagem concerne, salienta-se que os cuidados com o cabelo foram prestados em 7395 situações.

Fazer a cama (7735 vezes) e Recolher e depositar o lixo (7883 vezes) foram atividades muito significativas no serviço de Higiene Habitacional.

5. Animação e Socialização

No âmbito do serviço de Animação e Socialização, apresentam-se os resultados atingidos a nível das Atividades Lúdico-Recreativas, especificando-se os Programas de Intervenção (atividades desenvolvidas ao longo do tempo) e as Atividades Socioculturais exclusivamente direcionadas ao Centro de Convívio.

5.1. Atividades de Animação/Socialização, Lúdico-Recreativas e Socioculturais

O quadro seguinte mostra as diversas atividades lúdico-recreativas desenvolvidas ao longo do ano e os respetivos participantes por resposta social.

Atividade	CD	CC	SAD	Outros	TOTAL
Passeio a Aveiro	18	19	1	1	39
Passeio a Guimarães	23	22	0	0	45
Trilhos na Natureza	61	7	0	0	68
Jogos Tradicionais	73		0	0	73
Intercâmbio com escolas locais	85	3	0	0	88
Festival da Comunidade (na instituição)	82	21	7	44	155
Clube dos Poetas	57	5	0	2	64
Apresentação Plano Anual	73	20	0	0	93
Festa de Reis / Vamos cantar as Janeiras	65	15	0	0	80
Encontrar o Propósito de Vida	65	2	0	0	67

RELATÓRIO DE EXECUÇÃO DO PLANO DE AÇÃO 2025

Dia Mundial do Doente	82	20	0	0	102
Dia de São Valentim	87	30	2	0	119
Carnaval – Filmes de Hollywood	77	25	0	0	102
Dia Internacional da Mulher	75	17	0	0	92
Dia do Pai	65	10	0	0	75
Festa da Páscoa – Celebração Eucarística	75	17	7	0	99
25 de Abril e a nova mentalidade	77	20	0	0	97
Mês de Maria / Dia da Mãe	85	0	0	0	85
Dia Internacional da Família / Dia Europeu do Vizinho	75	0	0	0	75
Comemoração do 43º Aniversário do Centro Social	85	15	0	0	100
Festa de S. João	75	25	0	20	120
Dia Mundial dos Avós	67	15	0	0	82
Workshop de Literacia Digital	65	17	0	0	82
Dia Internacional da Paz	79	0	0	3	82
Dia Internacional do Idoso	75	15	7	0	97
Dia Mundial da Saúde Mental	79	15	0	7	101
Halloween	71	17	0	0	88
Festa de S. Martinho	104	17	0	0	121
Dia do Voluntário	84	11	0	1	96
Festa de Natal	91	21	7	0	119
Festa de Fim de Ano	73	17	0	0	90
Palestra: “Alimentação Fonte de Longevidade”	79	11	0	0	90
Teatro Inês de Castro Grupo Intercontinental	79	15	0	0	94
Visita ao Centro Social das Antas	8	0	0	0	8
Visita ao Palácio da Bolsa	22	0	0	0	22
Dia de Cinema	86	0	0	0	86
Reflexão de Ano Novo	80	3	0	0	83
Arca de Natal	4	22	0	0	26
Oficina de Artes Plásticas	30	0	0	0	30
Participação musical na reabertura do Pingo Doce	2	18	0	0	20
Teatro: “Ó Evaristo tens cá disto?” em Centro de Dia	65	20	0	0	85
Torneio do Boccia no Centro Social do Amial	7	5	0	0	12
Family Footbal	57	10	0	15	82
Zonas Azuis- Relações Sociais - Intercâmbio com Centro Social do Amial	73	5	0	19	97
Visita Pastoral do Sr. Bispo Dom Joaquim Dionísio	87	20	0	7	114
Bordar Tradições – A Avó veio trabalhar	0	8	0	0	8
Visita Musical Tuna Finanças do Porto	83	15	0	17	117
Peça Teatro Sa(n)tã	85	5	0	3	93
Peça Teatro Dançar com o Tempo	84	10	0	0	94

Quadro 4 Atividades lúdico-recreativas

5.2. Programas de Intervenção

Fizeram parte do plano anual dezassete programas de intervenção na área da animação e educação.

Atividade	Nº sessões	CD	CC	SAD	Outros	TOTAL
Torneios de Jogos	2	43	5	0	0	48
Celebrações Eucarísticas	12	83	19	7	0	109
Festas de Aniversários	12	75		0	0	75
Seniores Online	62	55	7	0	0	62
Ginástica Sénior	48	67	5	0	0	72
Yoga	45	73	5	0	0	78
Jogos Séniores	48	28	4	0	0	33
Ponto das Artes	87	27	3	0	0	30
Relaxamento, Dança e Movimento	48	95	5	0	0	100
Massagem e Bem-Estar	48	75	0	0	0	75
Teatro	48	70	0	0	0	70
Fio da Memória	60	74	0	0	0	74
Praça das Tertúlias (Literacia Digital)	24	50	0	0	0	50
Música no Coração (Relações Sociais)	43	71	0	0	0	71
Zonas Azuis	5	77	19	0	0	96
Oficinas de Nutrição	2	75	15	0	0	90
Saúde e Bem-Estar	48	43	3	0	0	46

Quadro 5 Programas de Intervenção no âmbito da animação

5.3. Atividades Socioculturais

Exclusivamente para o Centro de Convívio foram desenvolvidas as seguintes Atividades Socioculturais:

Atividades Socioculturais	Nº Sessões realizadas	Nº Clientes Abrangidos
Teatro Sénior	61	15
Grupo Musical	60	23
Pintura	40	13
Dança / Ginástica Sénior	40	10
Literatura e História	35	10
Artesanato	11	10
Visita à Exposição “Brinquedos de outros tempos”		16
Almoço Centro de Convívio		22
Visita Guiada ao Palácio de Cristal		9
Equitação		19
Visita Museu Neonia		17
Inauguração Exposição Pintura		15

Visita ao Museu Pink Palace		15
Visita ao Museu Soares dos Reis		13
Passeio ao Tua - Calça Curta		12
Teatro de Revista - Junta de Paranhos		22
Vista a Oficina no Âmbito da Bienal da Arte Contemporânea da Maia		15
Animação na Reabertura do Pingo Doce Costa Cabral		19
Exposição Estilistas da Natureza		5

Quadro 6 Atividades Socioculturais Centro de Convívio

O Centro Social da Paróquia da Areosa desenvolveu ao longo de 2025 um conjunto de iniciativas de relevante impacto institucional e comunitário. Entre muitas, uma referência especial à comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental. Utentes, familiares e técnicos encheram o salão para o Seminário orientado pelo Professor Doutor António Leuschner, Psiquiatra, antigo Presidente do Hospital Magalhães Lemos e mentor da criação do Serviço de Psicogeriatría daquele hospital. Liderou o distinto painel de palestrantes composto pelos profissionais deste serviço, a Psicóloga Clínica Margarida Sobral, a Terapeuta Ocupacional Ana Gonzaga e o Enfermeiro Especialista Adelson Estrela.

A intervenção centrou-se na promoção do bem-estar psicológico, na sensibilização para a importância da saúde mental ao longo do ciclo de vida e na identificação de estratégias de apoio adequadas à população sénior.

Esta ação apresentou uma dupla vertente. Por um lado, constituiu um momento de formação interna dirigido aos colaboradores da instituição, contribuindo para o reforço de competências técnicas e relacionais. Por outro, envolveu familiares dos utentes seniores, promovendo a partilha de conhecimento e o fortalecimento da articulação entre a instituição e as famílias.

Regista-se igualmente com especial reconhecimento a visita de sua Excelência Reverendíssima D. Dionísio, cuja presença representou um momento de significativa relevância para a comunidade institucional.

A sua mensagem de proximidade, esperança e compromisso pastoral reforçou os valores orientadores da missão do Centro Social, sublinhando a importância da solidariedade, da dignidade humana e do serviço à comunidade.

Salienta-se ainda a comemoração do Dia Mundial da Paz, assinalada através de um gesto simbólico, junto de alguns parceiros institucionais. A instituição promoveu a oferta de uma

pomba branca como símbolo de paz, união e cooperação, reforçando os laços de proximidade e colaboração.

Esta iniciativa fortaleceu a ligação existente com a Junta de Freguesia de Paranhos, a Fundação Cupertino de Miranda e a Casa do Corim, entidades com as quais a instituição mantém uma relação de parceria ativa e construtiva.

As atividades desenvolvidas evidenciam o empenho contínuo do Centro Social na promoção de valores humanos e cristãos, na qualificação dos seus colaboradores e no reforço das redes de cooperação comunitária.

6. Avaliação da Satisfação

A avaliação da satisfação dos clientes das respostas sociais de Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e de Centro de Convívio foi aferida através da aplicação de questionários de avaliação e de questões de autorrelatos.

Os questionários de avaliação abordaram indicadores relacionados com as instalações e equipamentos, desempenho dos profissionais e colaboradores, atendimento e informação, serviços prestados e avaliação global.

6.1. Avaliação da Satisfação dos clientes de Centro de Dia

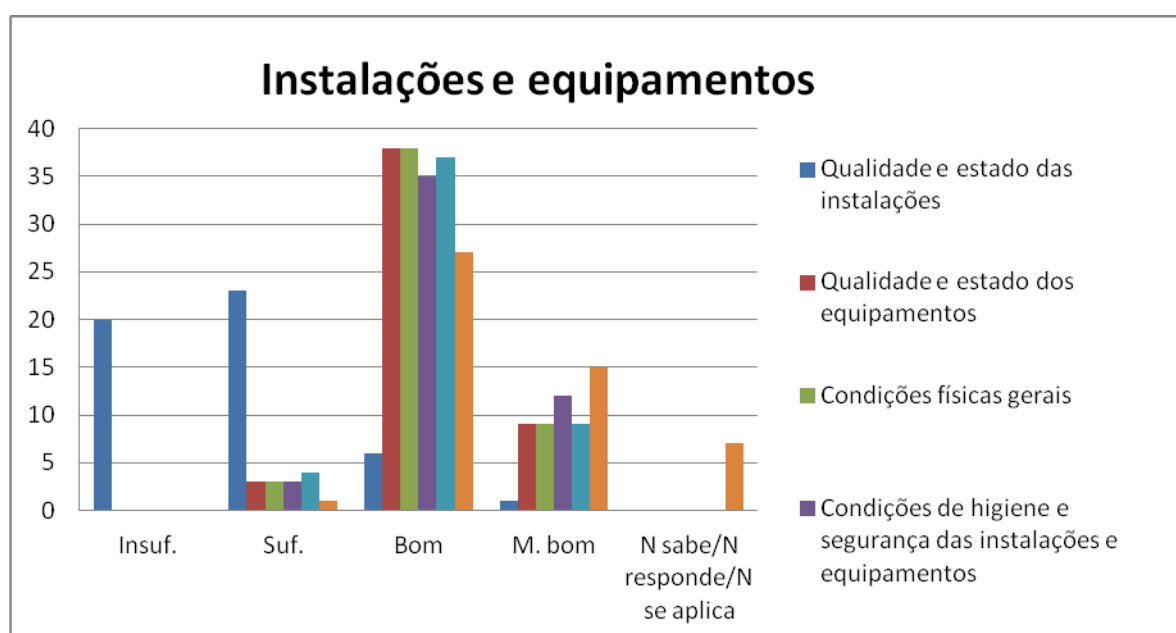


Gráfico 27 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Dia com as instalações e equipamentos

No indicador **Instalações e equipamentos** foi possível observar que a significativa maioria dos clientes/familiares consideram que a qualidade e estado dos equipamentos (e.g. cadeiras, mesas) as condições físicas gerais (e.g. iluminação, temperatura), as condições de higiene e seguranças das instalações e equipamentos e as condições de acessibilidade são boas ou muito boas. Vinte e sete clientes/familiares consideram bons os critérios de avaliação comodidade, conforto e limpeza das viaturas e quinze consideram estes itens muito bons.

Importa, no entanto, salientar que 20 dos clientes/familiares que responderam ao questionário consideram que a qualidade e estado das instalações são insuficientes e 23 que são suficientes.

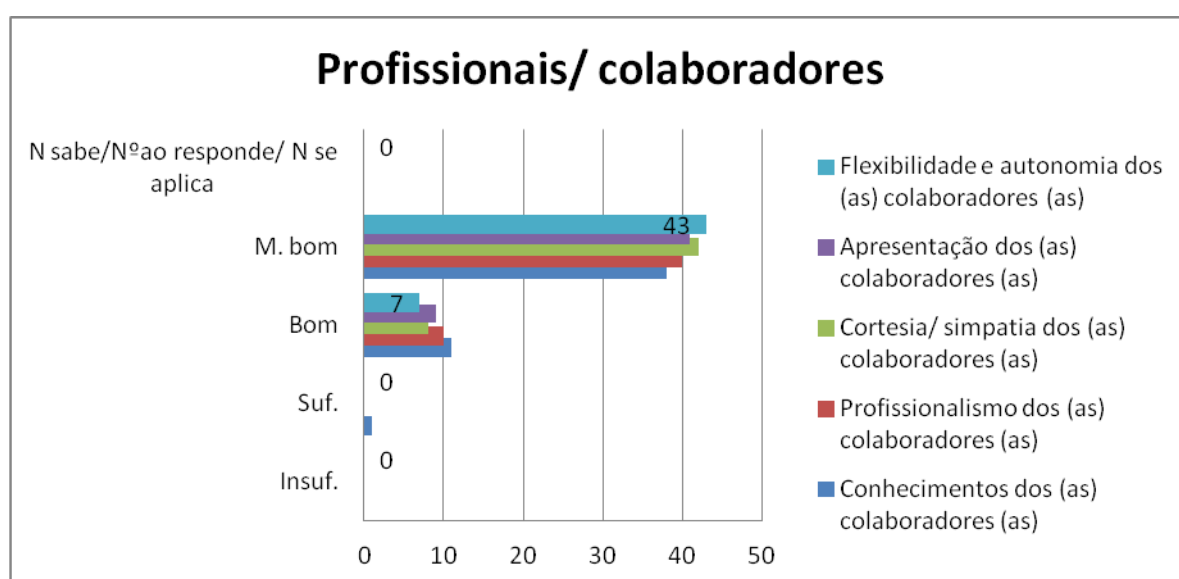


Gráfico 28 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Dia com os profissionais/colaboradores

A avaliação efetuada no indicador **Profissionais/ Colaboradores** foi bastante positiva, tendo a maioria dos inquiridos considerado que os itens avaliados são Muito Bons.

Trinta e oito dos inquiridos consideram muito bons os conhecimentos dos profissionais da instituição, enquanto onze consideram bons. Um avaliou este critério como sendo suficiente.

80% avalia como muito bom o profissionalismo apresentado pelos colaboradores, 82% destaca como muito boa a apresentação destes, 84% a sua cortesia e simpatia e 86% a flexibilidade e autonomia que os profissionais revelam.

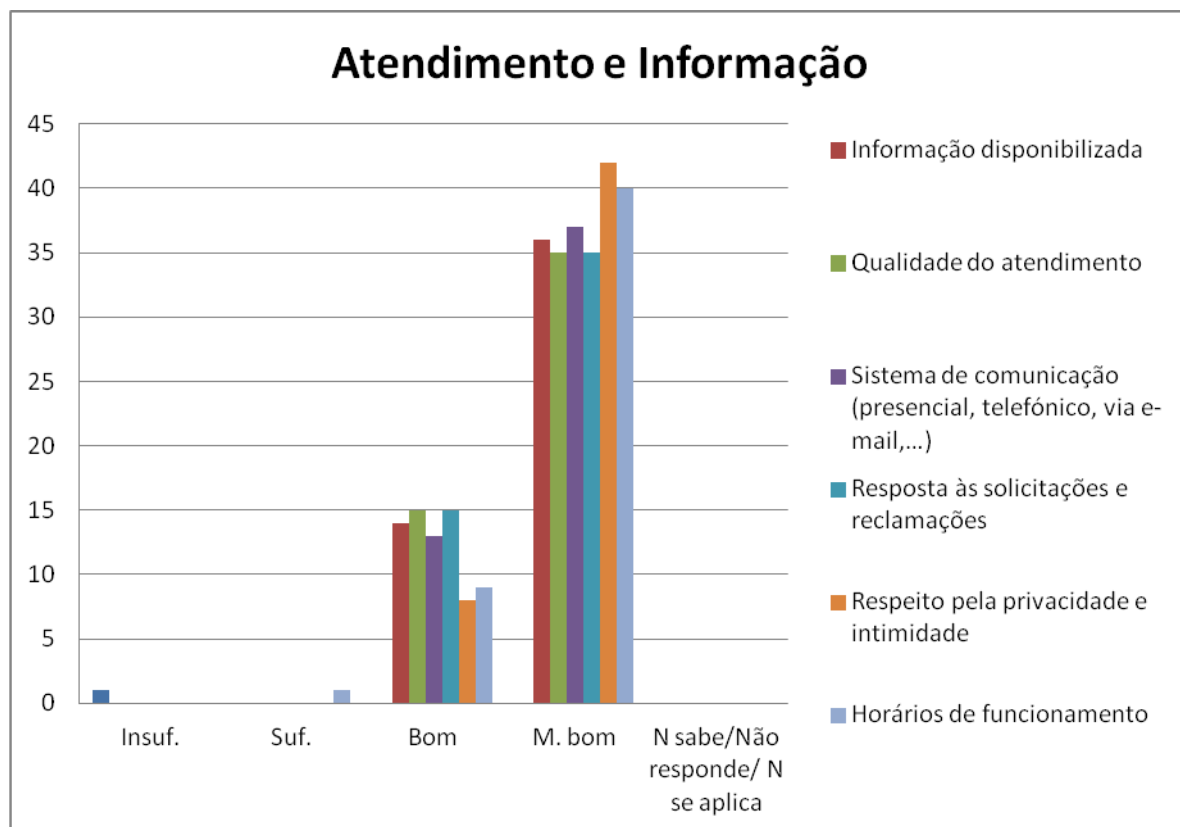


Gráfico 29 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Dia com o atendimento e informação

Pela análise dos resultados obtidos constatou-se que, na generalidade, os inquiridos consideram que o Atendimento prestado é muito bom, assim como a informação disponibilizada.

De uma forma geral, os clientes/familiares que responderam ao questionário referem que a informação disponibilizada é boa ou muito boa.

72% dos inquiridos considera que o funcionamento do sistema de informação e atendimento (nos diferentes canais de informação disponibilizados) é muito bom, considerando célere a resposta dada às solicitações e reclamações apresentadas. 84% avalia como muito bom o respeito pela privacidade e intimidade e 80% considera os horários de funcionamento muito bons. Um cliente/familiar avalia este último item como suficiente.

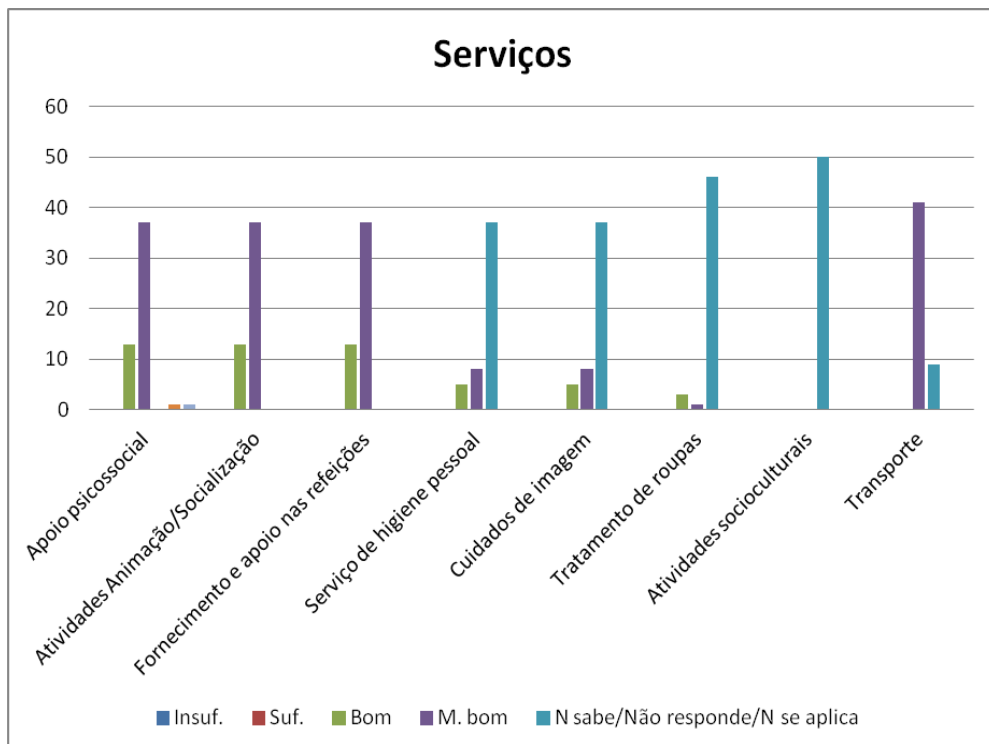


Gráfico 30 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Dia com os Serviços

No indicador Serviços, o apoio psicossocial, o transporte, o fornecimento e apoio nas refeições, as atividades de animação e socialização, o serviço de higiene pessoal e cuidados de imagem são considerados como serviços de boa e muito boa qualidade.

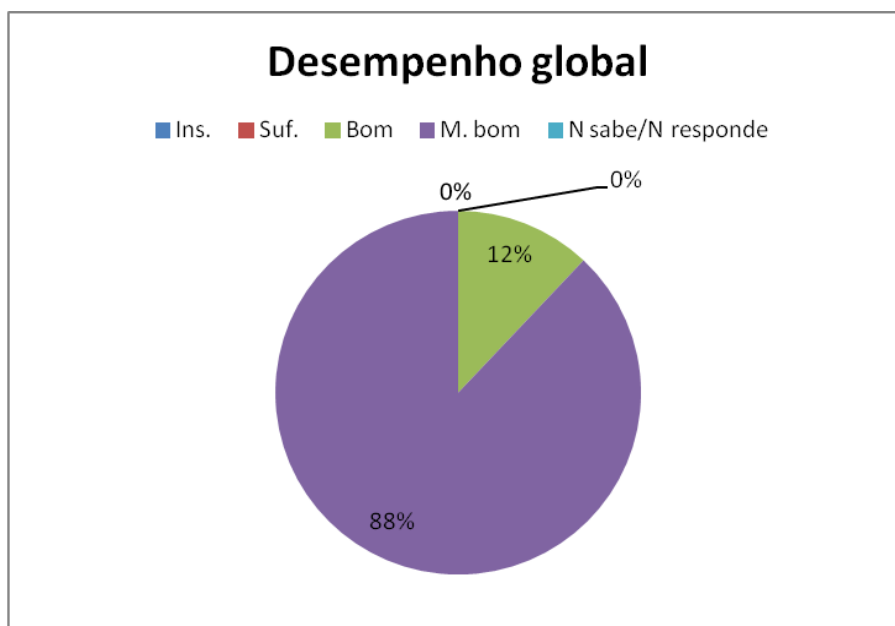


Gráfico 31 Avaliação Global do Centro de Dia

No indicador **Avaliação Global da Instituição** cujo intuito é avaliar o comportamento institucional tido no ano de 2025, o resultado obtido é francamente satisfatório. 88% dos inquiridos faz uma avaliação muito positiva do desempenho global da Instituição, considerando como muito boa e adequada a atuação da mesma na comunidade onde se encontra inserida.

6.2. Avaliação da Satisfação dos clientes de Serviço de Apoio Domiciliário

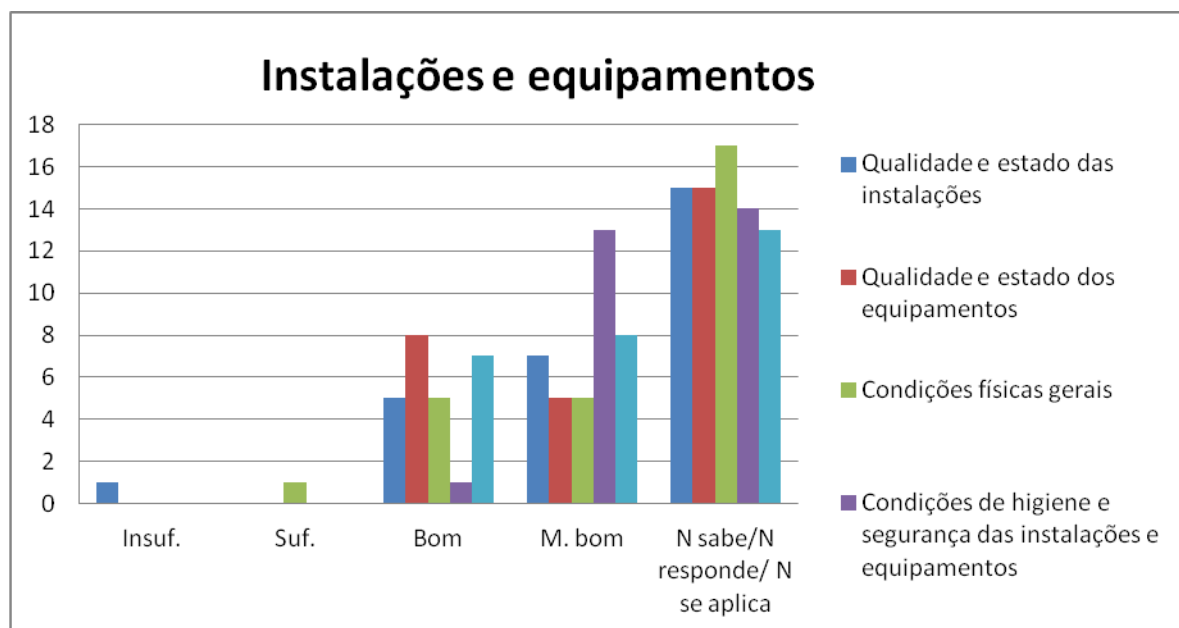


Gráfico 32 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com as instalações e equipamentos

No indicador **Instalações e equipamento** a grande maioria dos utentes NS NR ou NA, facto expectável tendo em conta que sendo utentes de SAD muitos não possuem informações que sustentem a avaliação de parâmetros como a qualidade das instalações, equipamentos e viaturas, entre outras, uma vez que os atendimentos são globalmente realizados através de visitas domiciliárias.

Não obstante, as pessoas que responderam a estes itens, por realizarem atendimentos na instituição e/ou participarem em atividades de animação nas instalações, avaliaram positivamente as condições das instalações e equipamentos. A significativa maioria dos clientes/familiares que responderam ao questionário consideram que a qualidade e estado das instalações e equipamentos é boa ou muito boa. Um considera que a qualidade e estado das instalações é insuficiente e outro que as condições físicas gerais são suficientes.

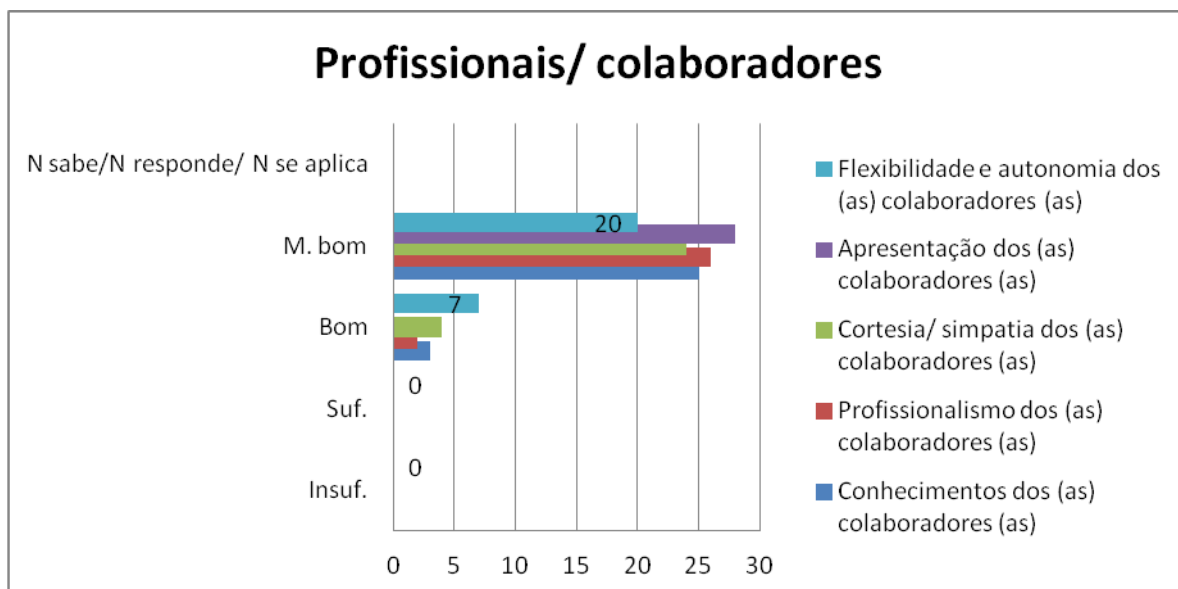


Gráfico 33 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com os profissionais/colaboradores

No indicador **Profissionais / Colaboradores** foram analisados parâmetros como o nível de conhecimentos, simpatia, apresentação e autonomia, a cortesia e apresentação dos profissionais do Centro Social da Paróquia da Areosa. Verificou-se um alto nível de satisfação, com todos os indicadores a serem avaliados com Bom e Muito Bom.

A totalidade dos inquiridos considera muito boa a apresentação e cuidado com a imagem dos profissionais. 93% destacam o profissionalismo, salientando que os profissionais da instituição possuem os conhecimentos e qualificações adequadas ao desempenho das suas funções.

86% considera como muito boa a cortesia e simpatia demonstrada pelos colaboradores e 71% avalia como muito boa a flexibilidade e autonomia destes profissionais.

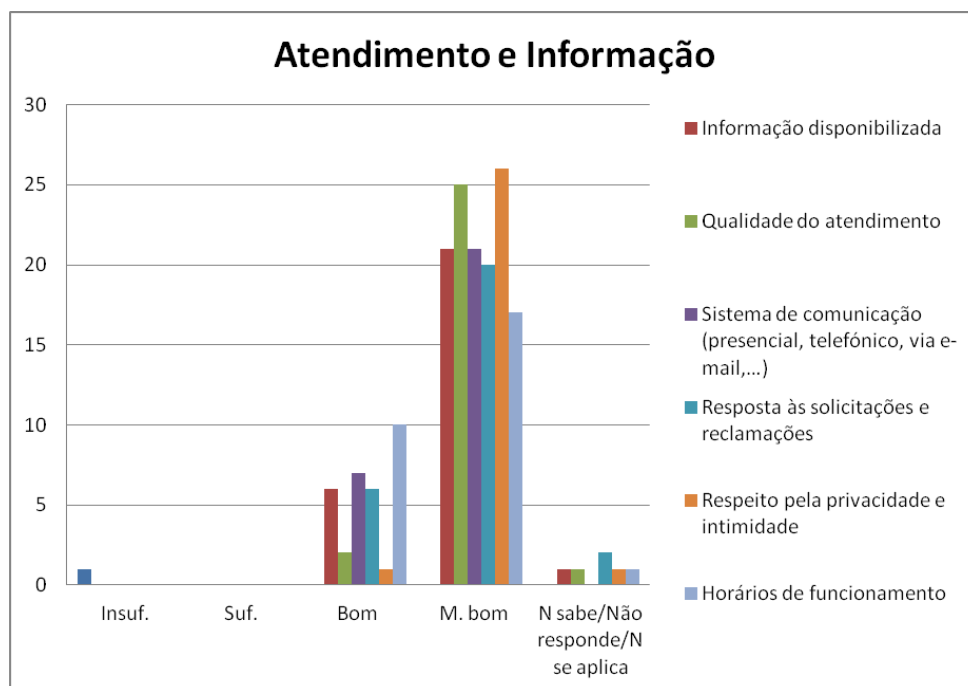


Gráfico 34 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com o atendimento e informação

No indicador **Atendimento e informação** foram analisados parâmetros como a informação que é prestada aos utentes bem como a qualidade do atendimento, os meios de comunicação utilizados pela instituição ou o respeito pela privacidade e intimidade.

De uma forma geral, os clientes/familiares que responderam ao questionário referem que a informação disponibilizada é boa ou muito boa, avaliando 89% a qualidade do atendimento como muito boa.

75% dos inquiridos considera que o funcionamento do sistema de informação e atendimento (nos diferentes canais de informação disponibilizados) é bom. 93% considera muito bom o respeito pela privacidade. De salientar a muito boa avaliação deste critério de avaliação que se trata de um dos princípios éticos basilares que sustentam o funcionamento da Instituição.

61% considera os horários de funcionamento adequados, resultado que poderá ser interpretado em consonância com as atuais políticas governamentais direcionadas à resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário que se encontram em fase de implementação de diversos projetos piloto para alargamento desta resposta.

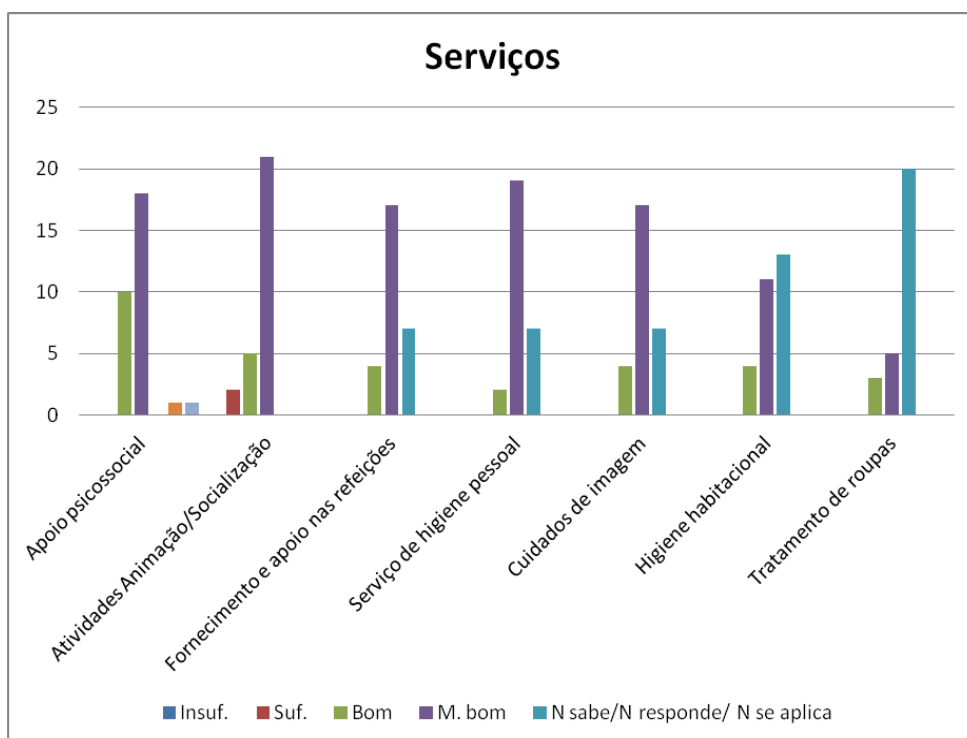


Gráfico 35 Avaliação da satisfação dos clientes de SAD com os Serviços

É perceptível que os serviços prestados na resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, nomeadamente o apoio psicossocial, o transporte, o fornecimento e apoio nas refeições, o serviço de higiene pessoal e cuidados de imagem e o tratamento de roupa são evidenciados como serviços de boa e muito boa qualidade. Dois dos inquiridos consideraram os serviços de animação/socialização suficientes, o que indica a necessidade de fomento das estratégias implementadas no âmbito deste serviço e reflexão acerca da implementação de novas medidas.

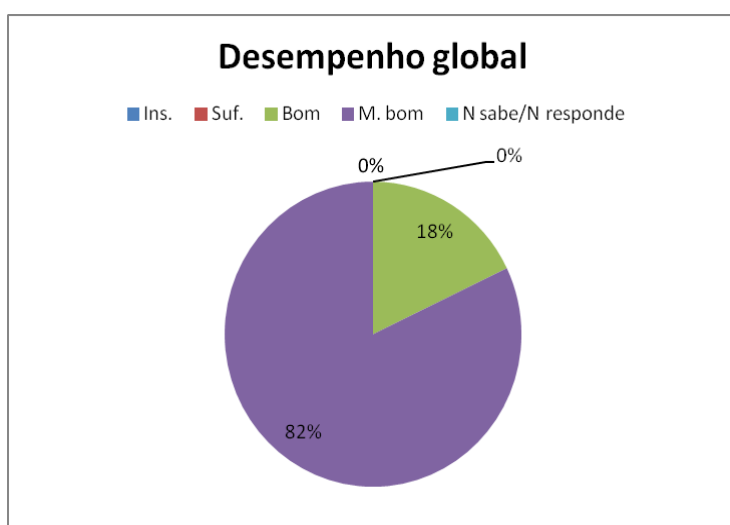


Gráfico 36 Avaliação Global do SAD

Relativamente ao indicador **Avaliação Global da Instituição** que pretende de uma forma geral avaliar o desempenho e o comportamento institucional ao longo do ano 2025 a totalidade dos inquiridos que responderam a este item avaliou a atuação da instituição como Boa e Muito Boa. 82% dos inquiridos faz uma avaliação muito positiva do desempenho global da Instituição, considerando como muito boa e adequada a atuação da mesma na comunidade onde se encontra inserida.

6.3. Avaliação da Satisfação dos clientes de Centro de Convívio

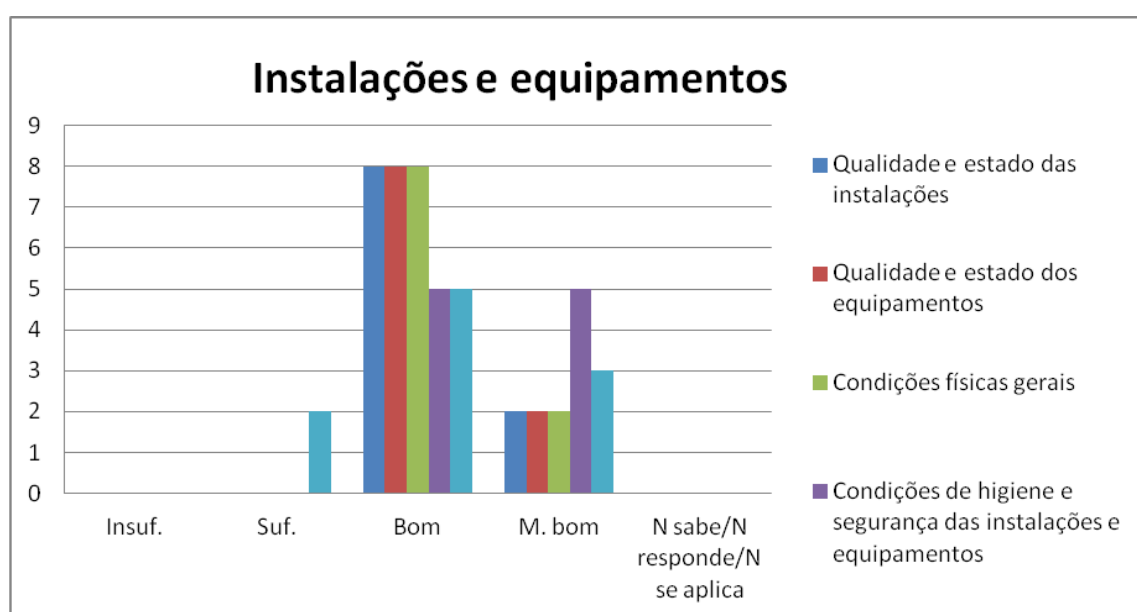


Gráfico 37 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Convívio com as instalações e equipamentos

Pela análise dos resultados obtidos no indicador **instalações e equipamentos** verificou-se que de uma forma geral, a pontuação foi positiva prevalecendo o resultado “Bom” nos vários itens medidos. 80 % dos clientes/familiares que responderam ao questionário consideram que a qualidade e estado das instalações, dos equipamentos e das condições físicas gerais é muito boa. 50 % consideram que as condições de higiene e segurança são, de uma forma geral, boas. Dois inquiridos avaliam como suficientes as condições de acessibilidade.

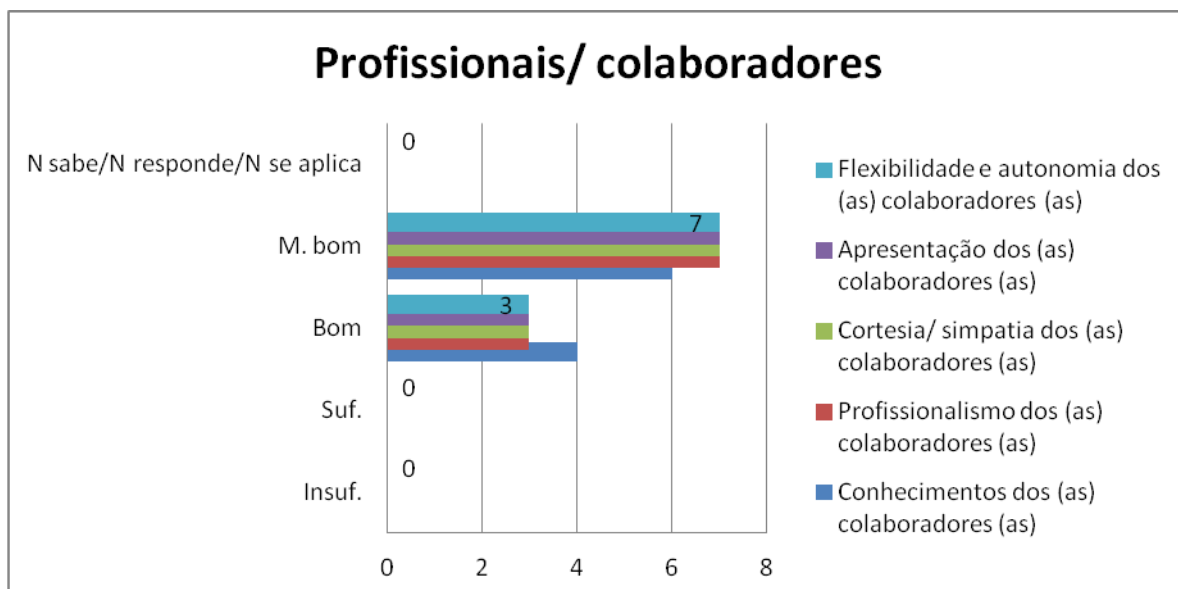


Gráfico 38 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Convívio com os profissionais/colaboradores

Relativamente à avaliação dos **profissionais e colaboradores** da instituição constatou-se que a avaliação foi muito positiva, tendo a grande maioria dos utentes que preencheram o questionário considerado que os recursos humanos afetos à instituição demonstram profissionalismo, simpatia, apresentação e autonomia nas tarefas que desenvolvem.

70% considera como muito boa a flexibilidade e autonomia dos colaboradores, assim como a cortesia e simpatia demonstrada por estes, bem como a apresentação e cuidado, salientando concomitantemente o seu profissionalismo. 60% avalia os conhecimentos dos profissionais como muito bons.

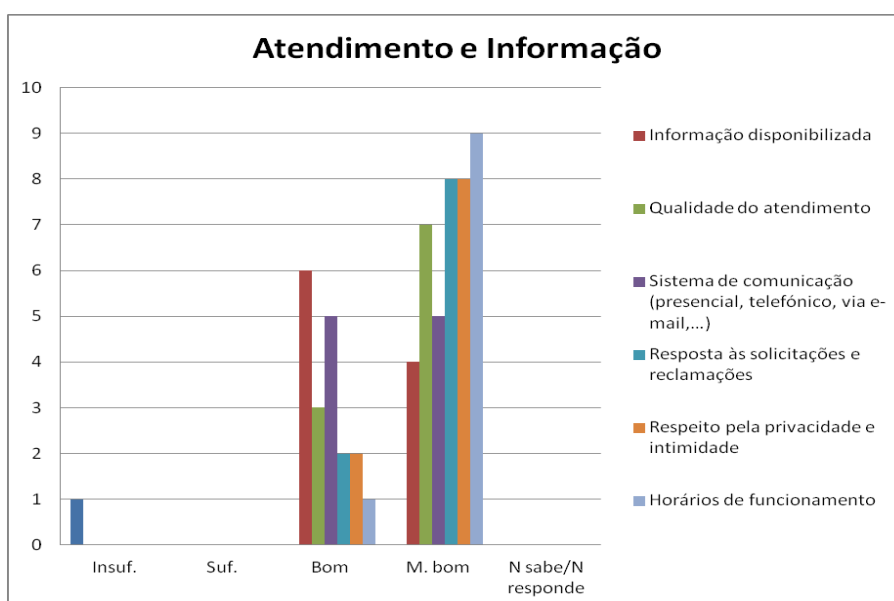


Gráfico 39 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Convívio com o atendimento e informação

Maioritariamente, os clientes que responderam ao questionário referem que a qualidade do atendimento, a informação disponibilizada, assim como o funcionamento do sistema de informação e atendimento (nos diferentes canais de informação disponibilizados) são muito bons. Um inquirido considera o horário de funcionamento insuficiente.

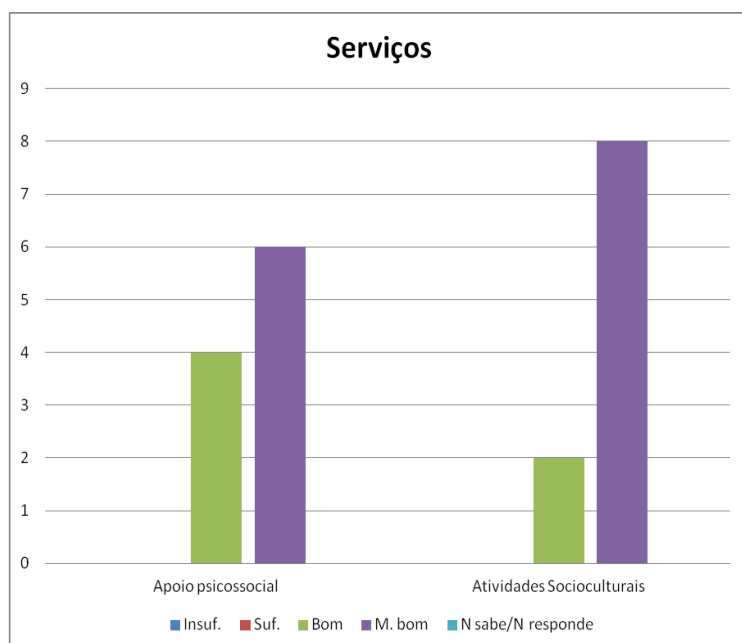


Gráfico 40 Avaliação da satisfação dos clientes de Centro de Convívio com os Serviços

No que diz respeito aos **serviços** desenvolvidos, o apoio psicossocial e as atividades socioculturais são avaliadas na globalidade como sendo boas e muito boas.

Salienta-se a muito boa avaliação obtida nas atividades socioculturais desenvolvidas em Centro de Convívio, sendo esse o propósito primordial desta resposta social.

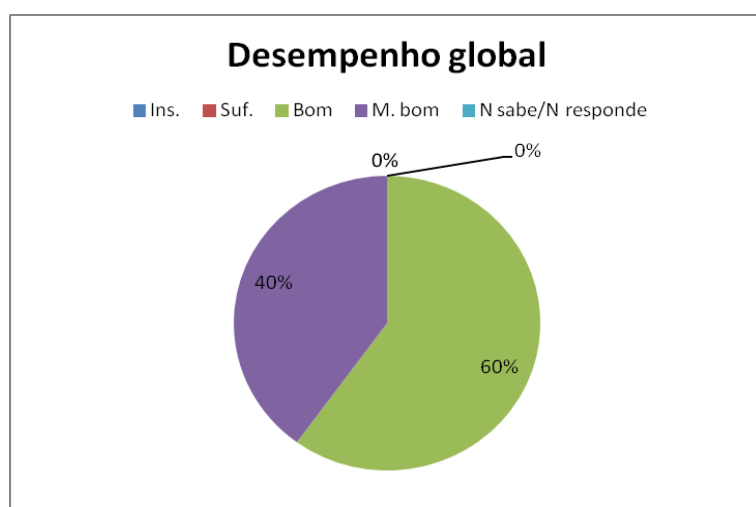


Gráfico 41 Avaliação Global do Centro de Convívio

Relativamente ao **Desempenho Global da Instituição** constatou-se que 60% dos inquiridos faz uma avaliação muito boa do desempenho global da Instituição.

6.4. Avaliação da Satisfação com os Programas de Intervenção

Importa ainda explicar os resultados da **Avaliação da Satisfação com os Programas de Intervenção**. Os gráficos abaixo mostram os níveis de satisfação com os diversos programas de intervenção relativamente aos critérios de Satisfação Geral, Nível de Utilidade, Qualidade das instalações, Qualidade dos materiais utilizados, Desempenho do dinamizador e Relacionamento interpessoal estabelecido com os clientes.

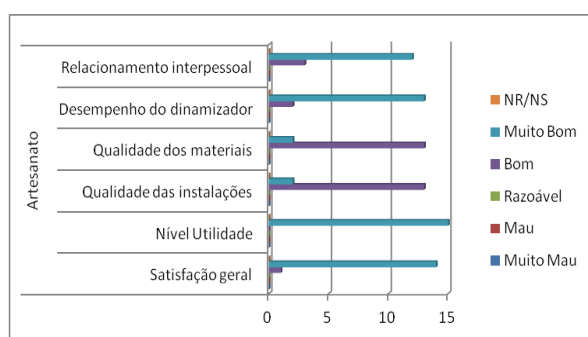


Gráfico 42 Avaliação da Satisfação Programa Artesanato

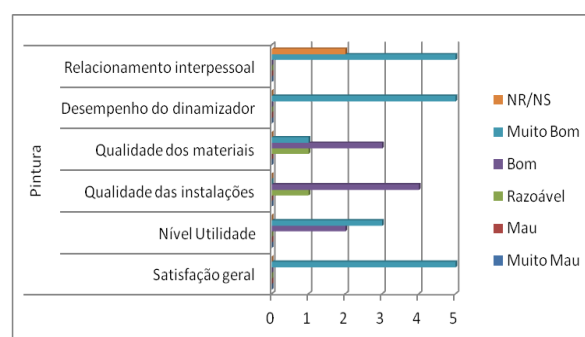


Gráfico 43 Avaliação da Satisfação Programa Pintura

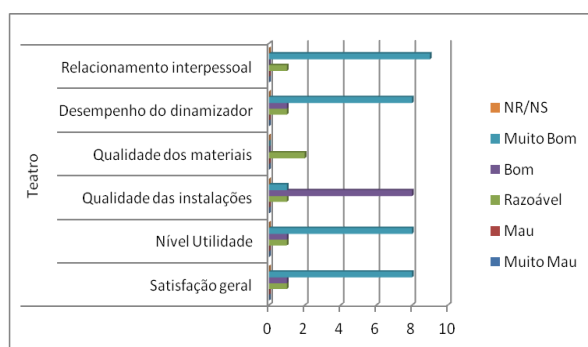


Gráfico 44 Avaliação Satisfação Programa Teatro

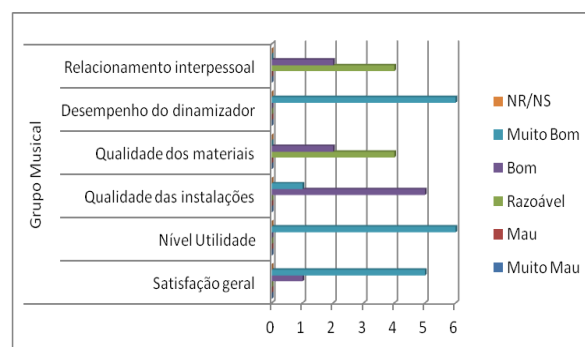


Gráfico 45 Avaliação Satisfação Programa Grupo Musical

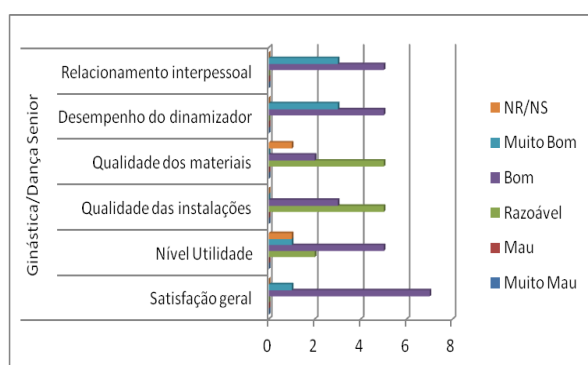


Gráfico 46 Avaliação Satisfação Programa Ginástica/Dança

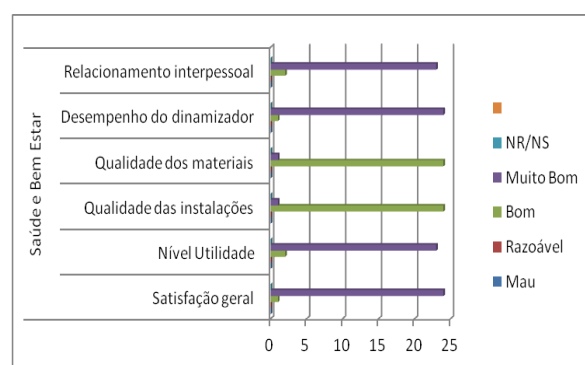


Gráfico 47 Avaliação Satisfação Programa Saúde e Bem-Estar

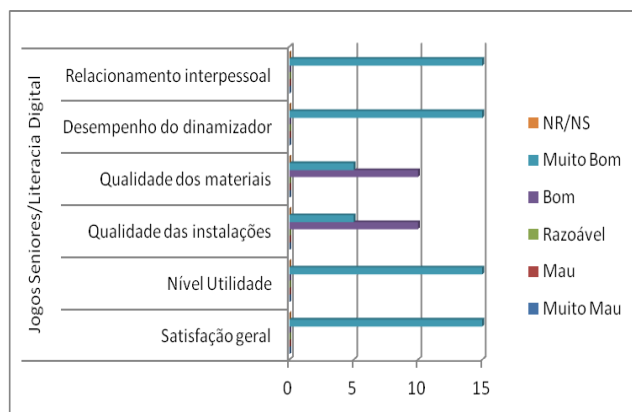


Gráfico 48 Avaliação Satisfação Programa Jogos Seniores/Literacia Digital

Da análise dos gráficos, conclui-se que os critérios de avaliação analisados foram considerados muito positivos em todos os casos, com exceção do critério qualidade das instalações que forma maioritariamente consideradas boas.

6.5. Avaliação da Satisfação por Autorrelato

Da avaliação com recurso a questões de autorrelato, surgiram afirmações sobre as quais importa refletir para as tomadas de decisão de manutenção/potencialização das estratégias adotadas e de implementação de possíveis medidas de melhoria.

Assim, salientam-se as seguintes referências:

“Esta instituição está acima da média”.

“Grande disponibilidade e simpatia no atendimento”.

“ Parecem-me profissionais competentes e o seu trabalho positivo”.

“ Todos os colaboradores são simpáticos, afáveis e empáticos”.

“Excelente, motivador, bom convívio”.

“Admiro o trabalho das animadoras”.

“Só tenho a dizer bem da instituição que me ajudou muito numa fase difícil da vida”.

“ Relativamente ao tema escolhido, acho que a instituição aplica excelentes ideias, a escolha do tema é muito interessante”.

“Desde que está no Centro de Dia, o médico da minha mãe já detetou a melhoria nos níveis da tensão arterial. Estará relacionada com a alimentação, porque comia sempre em restaurantes”.

“Estou feliz porque já tomei o meu banho”.

7. Outras Ações

7.1. Formação Profissional

O Código do Trabalho especifica que todas as empresas têm a obrigação de dar formação profissional aos seus colaboradores. Essa formação proporcionada pelo empregador deve não apenas qualificar os trabalhadores, como também garantir que estes têm acesso a uma formação contínua no local de trabalho.

O quadro abaixo mostra os cursos e ações formativas desenvolvidas pelo Centro Social da Paróquia da Areosa para os seus colaboradores ao longo do ano 2025.



Formação Profissional - ano 2025

Cursos/ Ações	Carga horária (h)	N.º participantes	Volume formação (h)	Entidade promotora
Acolhimento - Contrato trabalho	6	19	114	CSPA
Aplicativo Estado Nutricional Pessoa Idosa	2	3	6	Univ. Porto
Atendimento ao Público	1,5	15	22,5	CSPA
Competências de Comunicação e Relac. Interpessoal	3	1	3	F3M
Criatividade...at animação em CD	4	4	16	CSPA
Desnutrição e cuidados na alimentação na pessoa idosa	1	16	16	Univ. Porto
Encontro "Criar, Agir e Partilhar"	7	2	14	C.M. Gondomar/ C.M. Porto
Gestão FM-Práticas Gestão	3	7	21	CSPA
Gestão Frota Automóvel	1	9	9	CSPA
Higiene e Segurança Alimentar	2	3	6	Ambiente Total
Jornadas "Porto Cidade Amiga da Pessoa Idosa"	7	2	14	Município do Porto
My Senior - Eq. Técnica	1,45	3	4,35	My Senior
My Senior - Gestão Des. Pessoal (AAD)	1	15	15	My Senior
My Senior - Gestão Des. Pessoal (Animação)	2	2	4	CSPA
Planeamento Estratégico	2	4	8	CSPA
Procedimento de auditoria	2	10	20	CSPA
Promoção de locais de trabalho seguros e saudáveis	4	13	52	Interprev
Responsável pelo cump. Normativo: RGPC	6	1	6	UDIPSS Porto
Seminário "Dia Mundial da Saúde Mental"	2	21	42	CSPA
Webinar "CCT CNIS-FNSTFPS"	2,5	1	2,5	UDIPSS Porto
Webinar "convenções coletivas à data"	2	1	2	UDIPSS Porto
Webinar "Reg. Geral Prev. Corrupção nas IPSS"	2,5	1	2,5	UDIPSS Porto
	64,95	153	399,85	

Quadro 8 Formação profissional

Ao longo do ano de 2025, foi obtido um volume total de 400 horas de formação. Além das formadoras certificadas que são colaboradoras da instituição, foram formadores das diversas ações a Universidade do Porto, a F3M, a Câmara Municipal do Porto, a Câmara Municipal de Gondomar, a Ambiente Total, o My Senior, a Interprev e a UDIPSS.

7.2. Revisão Código de Conduta

Em Novembro de 2025, procedeu-se à alteração dos artigos 7º, 8º e 9º do Código de Conduta, com a respetiva afixação nas instalações da instituição e no *site* da versão atualizada.

7.3. Revisão Manual de Funções

Em 2025, efetuou-se a revisão do Manual de Funções, com a assinatura das fichas de funções atualizadas por todos os colaboradores.

7.4. Elaboração do Manual de Acolhimento

Durante o ano, elaborou-se e aplicou-se o Manual de Acolhimento.

7.5. Plataforma My Senior

Com o objetivo de facilitar, organizar e melhorar a rotina do registo diário das atividades de vida diária dos utentes de SAD, a instituição implementou o software da plataforma My Senior para se proceder aos registos diários das atividades de vida diária dos utentes por parte de todos os profissionais. A partir de Janeiro este modelo de registo foi aplicado aos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário e a partir de Setembro alargou-se aos utentes da resposta social de Centro de Dia.

7.6. Preparação Individualizada da Medicação

Em 2025 ocorreu a operacionalização em pleno do serviço de Preparação Individualizada da Medicação, de acordo com a parceria estabelecida com a Farmácia Cruz Reis no ano anterior. Beneficiaram deste serviço trinta e cinco utentes.

7.7. Visitas Candidatos à Câmara Municipal do Porto e Junta de Freguesia de Paranhos

No âmbito das eleições autárquicas, vários candidatos à Câmara Municipal do Porto e à Junta de Freguesia de Paranhos mostraram o interesse em visitar a instituição. Recebemos a visita do Dr. Pedro Duarte, do Dr. Manuel Pizarro, do Dr. António Araújo, do Engenheiro Filipe Araújo e da Dr^a Sónia Cristo.

7.8. Representação institucional

Entre as várias representações institucionais ocorridas ao longo do ano, nomeadamente na Comissão Social de Freguesia de Paranhos e no Conselho Local de Ação Social do Porto (CLASP), salienta a presença na ação “Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas” promovida pela Câmara Municipal do Porto, no “Debate por Causas Maiores – O Envelhecimento” promovido pela candidatura do Dr. Luís Marques Mendes à Presidência da República, no “Seminário Gerir Melhor na Hotelaria e nas Instituições Sociais” dinamizado pelo Hotelshop+Socialshop, no 5º Fórum Longevidade – Desafios para a Mudança, atividade da Fundação Dr. António Cupertino de Miranda e nas sessões de apresentação das candidaturas à Junta de Freguesia de Paranhos do Engenheiro Miguel Seabra e do Dr. Vítor Monteiro.

7.9. Ações operacionais

7.9.1. Piso salão Piso 0

No início do ano 2025, verificou-se o término do processo das obras para a mudança do piso do salão do piso 0, a que se aliou a colocação de portas no armário de apoio aos serviços de higiene pessoal e cuidados de imagem.

7.9.2. Rasgo Escoamento

A fim de evitar/amenizar os problemas de humidade no teto da cozinha e correspondente corredor de acesso, que perduram há anos, procedeu-se à realização de um rasgo de escoamento das águas com grelha na entrada/pátio do piso 1.

7.9.3. Pintura Muros

Através da Rede Local de Voluntariado da Câmara Municipal do Porto, foi possível proceder-se à limpeza e pintura do muro exterior de acesso à instituição pela entrada da Rua da Areosa, 126. Durante dois dias, os voluntários da Linde Saúde disponibilizaram o seu tempo para esta ação e a empresa assumiu todos os custos com os materiais.

7.9.4. Outras ações operacionais

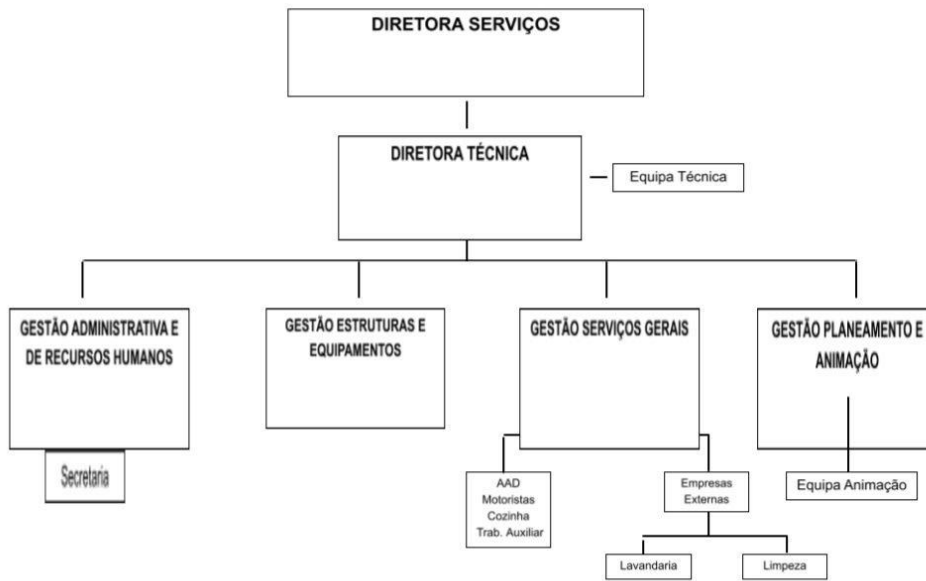
Em 2025, adjudicou-se a implementação das Medidas de Auto-Proteção, renovou-se o fardamento das equipas de Ajudantes de Ação Direta e verificou-se a necessidade da reparação do sistema de esgotos.

7.10. Recursos Humanos

7.10.1. Restruturação Organizativa e Estrutural

No ano de 2025, ocorreu a extinção de um posto de trabalho relativamente ao qual não se verificava a obrigatoriedade de existência no âmbito dos Acordos de Colaboração estabelecidos com a Segurança Social. Esta extinção fundamentou-se no facto de no dia 13-03-2025 o Conselho Diretivo do Instituto da Segurança Social ter emanado a deliberação nº 135/2025 em que na al. b) do nº 10 define que o serviço de apoio psicossocial *“É prestado, no mínimo, uma vez por mês, com avaliação diagnóstica, a prestar por um técnico superior (Psicólogo ou Assistente Social), podendo este acumular com a função de Direção Técnica).”* Anteriormente, as indicações das técnicas de acompanhamento da Segurança Social eram que esse serviço tinha de ser prestado uma vez por semana. Tal alteração refletiu-se numa significativa diminuição do volume de trabalho afeto às técnicas sociais. Acresceu que, em Janeiro de 2025, a instituição adquiriu o *software* de gestão “My Senior” que introduziu uma profunda alteração na atividade técnica diária pelo recurso a esta plataforma digital, criando-se um impacto significativo com esta alteração tecnológica, nos procedimentos de registo, gestão e comunicação, fazendo assim que também motivos tecnológicos estejam envolvidos na decisão de extinção deste posto de trabalho.

A 20-05-2025 a nova Direção do Centro que tomou posse a 08.05.2025 viu-se obrigada a tomar a decisão de extinção das funções de Diretora Operacional por esvaziamento das mesmas, procedendo assim a uma restruturação organizativa e estrutural no novo organigrama institucional que a seguir se apresenta.



20-05-2025

Figura 1 Organograma

7.10.2. Compromisso de Gestão

Em consonância com o novo organograma, elaborou-se o Compromisso de Gestão que se trata de uma declaração de comprometimento estratégico que visa a constante melhoria do sistema de gestão utilizado para garantir que as metas institucionais sejam cumpridas.

7.10.3. Incapacidades Temporárias para o Trabalho

Verificou-se a completa regularização das situações de Incapacidade Temporária para o Trabalho de quatro colaboradoras que se encontravam nesta situação há vários anos.

7.10.4. Alteração Procedimento Atribuição Subsídio de Refeição

Devido às recorrentes menções de insatisfação dos colaboradores relativamente à modalidade de pagamento do subsídio de refeição em géneros e o desejo expresso de que este fosse atribuído em numerário, em Junho este subsídio passou a ser pago em numerário a todos os funcionários com exceção das funcionárias da cozinha, sendo nestes casos o subsídio de refeição em géneros.

7.11. Processos em Curso

Mantém-se em curso, desde 13 de Junho de 2024, o processo de renovação da frota automóvel. Permanece ainda em resolução o processo do testamento da utente Maria Adelaide Antunes Honrado, bem como o processo do Ministério Público 12244/18.4T9PRT.

8. Conclusão

2025 foi efetivamente um ano extremamente exigente em que tiveram de imperar os valores que norteiam a instituição e que norteiam aqueles que atualmente se encontram ao seu leme.

A **honra**, essa qualidade moral, esse princípio de conduta guiado pela honestidade, pela dignidade e pela integridade.

A **gratidão**, expressa no reconhecimento pelas ajudas recebidas, pelas graças, pelas bênçãos e pelas dádivas. Uma gratidão especial àqueles que se disponibilizaram para estar.

A **mudança** que se traduz na capacidade de adaptação a novas realidades, quer se trate da transformação digital, da transformação cultural, ou da transformação de procedimentos.

Impõe-se hoje a necessidade de uma adaptabilidade social, ética e individual que exige que as organizações adaptem as suas estratégias e que os indivíduos desenvolvam novas competências e inteligência emocional para lidar com as mudanças. A tentação da comodidade da estabilidade é um perigo sempre à espreita. Contudo, o caminho da instituição define-se pela busca da excelência, mesmo nos pormenores mais ínfimos da sua atividade.

Como Stephen Hawking tão bem afirmou “a inteligência mede-se pela capacidade de nos adaptarmos à mudança”.

2025 foi um ano extremamente rigoroso, em que a instituição percebeu claramente quem são os seus amigos, quem levanta a sua voz para defender, apoiar e orientar. E nos momentos difíceis, além de muitos dos que fazem parte da comunidade da Areosa, levantaram também a sua voz firme entidades como a Igreja e a Segurança Social.

A 05 de Maio de 2026, ocorreu a Nomeação pelo Senhor Bispo do Porto, Dom Manuel da Silva Rodrigues Linda dos Corpos Gerentes para o restante tempo do quadriénio de 2025-2028.

2025 foi um ano de alterações no país em que a instituição foi impelida a envolver-se através do contacto com diversos atores políticos, quer a nível autárquico, quer mais recentemente a nível das candidaturas à Presidência da República.

Uns vieram ao nosso encontro e a todos, sem exceção, abrimos as nossas portas.

Outros chamaram-nos e nós dissemos presente nas suas ações.

E a outros, decidiu a instituição expressar o seu apoio, como forma de reconhecimento pela obra realizada. Porque como mencionou o Bispo Auxiliar do Porto, D. Dionísio, na Missa do Dia Mundial dos Pobres, “o amor (...) não se mede por palavras, mas pelas ações concretas e audazes.”

A audácia, a ousadia e a coragem desta instituição refletidas em ações concretas ao longo do ano efetivaram-se através da parceria com diversas entidades, com as quais trabalha em rede de proximidade. Porque a instituição é uma pedra viva que está inserida numa comunidade viva, coesa e inclusiva. A abertura do CSPA à sociedade manifesta-se nas relações institucionais que estabelece com o Instituto de Segurança Social, com a Câmara Municipal do Porto, com a Câmara Municipal da Maia, com a CNIS - Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade, com a UDIPSS - União Distrital das IPSS do Porto, com a Junta de Freguesia de Paranhos, com as Unidades Locais de Saúde e os hospitais públicos e privados, com o Hospital Magalhães Lemos, com os Serviços de Atendimento e Acompanhamento Social – os SAAS e os SAASI's, com o Espaço T, com o Movimento Transformers, com a Fundação Engenheiro António de Almeida, com a Fundação Cupertino de Miranda, com a Farmácia Fonseca Vaz, com a Cooperativa FISOOT, com a CINDOR – Escola Profissional, com a Escola Profissional de Gondomar, com a Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto, com a Faculdade de Ciências de Nutrição da Universidade do Porto, com a Escola de Educação do Instituto Politécnico do Porto, com o Pedalar sem Idade, com a LIPOR – Casa do Corim, com a Casa do Alto, com o My Senior, com o Pingo Doce, com o Destinos Cruzados, entre muitos outros.

Em 2025, o CSPA propõe-se realizar uma jornada fascinante em busca do Paraíso da Longevidade. Esta busca consistiu em explorar as extraordinárias regiões do mundo em que um grande número de pessoas não apenas alcança, mas supera a marca dos 100 anos com uma destacável qualidade de vida. Essas áreas, que representam regiões geográficas onde a longevidade e o bem-estar se destacam de forma notável são conhecidas como “Zonas Azuis”.

Ao longo do ano, viajamos a essas cinco zonas (Sardenha, na Itália, Okinawa no Japão, Loma Linda nos EUA, Nicoya na Costa Rica e Icária na Grécia) e aprendemos sobre os seus segredos,

sobre a sua alimentação, sobre os seus hábitos sociais, sobre o exercício físico que praticam, sobre as conexões espirituais que valorizam.

Nessas áreas, não se trata apenas de viver mais, mas também de viver melhor, mantendo uma qualidade de vida excepcional ao longo dos anos. Por norma, as pessoas que vivem nessas zonas desfrutam de uma saúde física robusta, uma mente afiada e uma sensação de propósito que transcende a idade. Esta jornada que levamos a cabo ao longo do ano de 2025 constituiu-se uma verdadeira aventura que se resume no sábio provérbio chinês “O segredo da longevidade é comer a metade, andar o dobro e rir o triplo”.

Como todos sabemos, o envelhecimento crescente da população coloca desafios cada vez mais complexos à sociedade. O CSPA orgulha-se de contribuir para tornar estes desafios em oportunidades, capacitando os mais velhos para serem protagonistas de vidas ativas, em que o envelhecimento seja sinónimo de celebração de uma vida saudável, plena e feliz.