



PLANO DE ATIVIDADES

2021

Elaborado por:
Helena Amiguinho
Tânia Nobre



[Handwritten signature in blue ink]
[Handwritten signature in black ink]

ÍNDICE

- 1. Ficha da Instituição**
- 2. Organograma**
- 3. Valores, Visão e Missão**
- 4. Enquadramento Institucional**
- 5. Plano Estratégico**
- 6. Plano de Intervenção**
- 7. Conta de Exploração Previsional e Orçamento de Investimentos**

Anexo: Atividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal



1. Ficha da Instituição

Denominação Social: ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos

Morada (sede): Rua do Mercado, n.º 22 – 2565-046 Campelos

Contacto: Tel.: 261 437259 Fax: 261 438122

E-mail: asoca@asoca.pt

Site: www.asoca.pt

Natureza Jurídica: IPSS – Instituição Particular de Solidariedade Social

Data de Constituição: 05.12.1979

Início de Atividade: 05.12.1979

N.º de Registo como IPSS: 56/90 de 20/08/90 (Publicação em D.R. 09/10/90)

CAE: 87301-R3

Nº Pessoa Colectiva: 500976279

Actividade Principal: Apoio a Idosos

Actividade Secundária: Transporte de Doentes

Área de Intervenção: Freguesia de Campelos e lugares limítrofes de âmbito regional.

Lar de Santo António

Morada: Rua da Cruz, nº 25 – 2565-031 Campelos

Contacto: 261 438244

E-mail: lar.santonio@asoca.pt

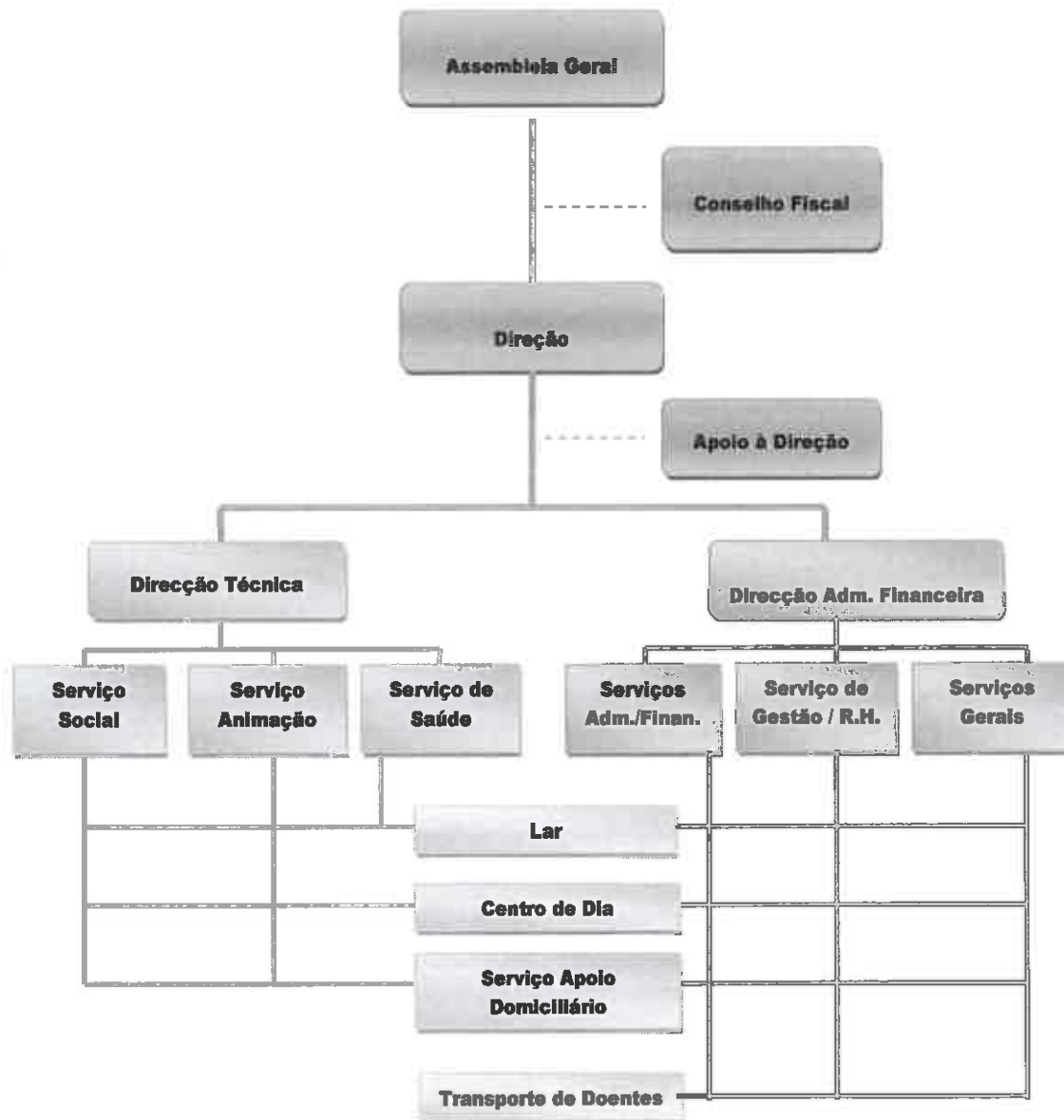
Actividade principal: Apoio à População Idosa

Respostas Sociais: Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário



[Handwritten signatures and initials in blue ink]

2. Organograma da Instituição





3. Valores, Visão e Missão

Valores – A ASOCA, pela sua natureza política e social, valoriza a Solidariedade, o Respeito pelo Outro, a Humanização dos Serviços, e a Ética Profissional e Institucional. Orienta-se por princípios de Serviço e Dedicção à comunidade, Rigor e Transparência nos atos de gestão da Instituição.

Visão – A ASOCA pretende servir mais e melhor, seguindo um caminho de crescimento para respostas diversificadas observando as necessidades da população, contribuindo assim para o bem-estar e desenvolvimento harmonioso da comunidade.

Missão – A ASOCA pretende garantir as deslocações de pessoas doentes e/ou com mobilidade reduzida, aos serviços de saúde locais e regionais, bem como garantir aos utentes idosos o bem-estar físico, emocional e social, através dos serviços prestados na Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.



[Handwritten signatures and initials in blue ink, including a large signature and several smaller initials.]

4. Enquadramento Institucional

A ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sediada em Campelos, que iniciou a sua intervenção em 1979 e se tem distinguido no plano da proteção social da população, sobretudo no apoio aos idosos e transporte de doentes. Conta com 576 sócios e tem cerca de 90 utilizadores regulares distribuídos pelas diferentes respostas sociais (Estrutura Residencial para Pessoas Idosas - ERPI, Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário) e presta uma média de 320 serviços mensais no âmbito do transporte de doentes (média do ano de 2020).

Tem como **missão** garantir as deslocações de pessoas doentes e/ou com mobilidade reduzida, aos serviços de saúde locais e regionais, bem como garantir aos utentes idosos o bem-estar físico, emocional e social, através dos serviços prestados nas várias respostas.

Para além do edifício da sede onde funciona o serviço de transportes de doentes, temos o edifício do Lar de St.º António que integra a Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), o Centro de Dia e o Serviço de Apoio Domiciliário.

Para dar resposta aos serviços contamos com um total de 51 colaboradores distribuídos pelas diferentes respostas sociais e transporte de doentes. Contamos ainda com 13 voluntários para apoiar o transporte de doentes no horário pós-laboral e uma voluntária na cobrança de quotas. Na ERPI contamos com uma voluntária cujo apoio foi interrompido por via da situação pandémica que vivemos.

Como fonte de financiamento a instituição conta mensalmente com o pagamento dos serviços por parte da ARS, Hospitais e, individualmente, de cada utilizador quando não apresenta guia de transporte ou solicita serviço de retorno, no que concerne ao transporte de doentes. Conta também com as receitas provenientes dos acordos de cooperação celebrados com a Segurança Social e das mensalidades dos utentes que frequentam as três respostas sociais. As verbas provenientes das quotas dos associados também constituem receita.

Como apoio financeiro à Instituição contamos com as verbas provenientes do IEFP e ISS para estágios profissionais, Emprego Apoiado Mercado Aberto, apoio à contratação e outras medidas de incentivo ao emprego (Contratos Emprego Inserção).



A ASOCA procura desenvolver parcerias com entidades/organizações externas com o propósito de responder cada vez mais às necessidades dos utentes ou outras pessoas da comunidade, aumentar a capacidade de resposta da instituição, promover a inovação e a melhoria contínua dos serviços prestados. Temos como exemplo os seguintes parceiros: Câmara Municipal de Torres Vedras (Rede Social); Cruz Vermelha Portuguesa (Teleassistência); Centro de Saúde de Torres Vedras (Equipa de Cuidados Continuados Articulados – Pólo do Maxial); CMTV /Junta Freguesia Campelos – Outeiro da Cabeça / ASAS Ponte do Rol (Fisioterapia Paliativa); Centro Social e Paroquial de Campelos (GIC – Gabinete de Intervenção Comunitária), entre outros.

5. Plano Estratégico

De acordo com a *missão* da Instituição e a análise efectuada às várias respostas sociais e serviços, iremos definir algumas estratégias como resposta às preocupações e necessidades detectadas. Destas preocupações podemos salientar:

(Externas)

- Incerteza face ao futuro devido à situação pandémica que vivemos;
- Baixo reconhecimento público e político do setor na Economia Social;
- Baixos rendimentos das famílias, aumentando as necessidades sociais;
- Incapacidade do Estado em financiar novas respostas e cortes sucessivos nos acordos já existentes;
- IPSS's com grande dificuldade de sustentabilidade financeira pela dificuldade de aumento das receitas;
- Elevados níveis de exigência e de condicionalismos formais por parte da Segurança Social, por vezes desajustados da realidade, mas que, ao não serem cumpridos, as IPSS estão sujeitas a punições e sanções fruto das ações fiscalizadoras e atuação dos serviços de Inspeção;
- Falta de pessoal qualificado na área de geriatria;
- Aumento do número de pessoas idosas com doenças neurológicas e psiquiátricas e falta de apoio das entidades públicas de saúde às IPSS na área da saúde mental.

(Internas)

- Crescente dificuldade dos utentes e famílias para assegurar as despesas/mensalidades;
- Agravamento das situações de dependência associadas a patologias do foro neurológico e psiquiátrico dos utentes;
- Frequência do Centro de Dia suspensa devido ao COVID-19, sendo garantida a domiciliação dos serviços aos respetivos utentes;
- Redução do número de utentes do Centro de Dia;
- Aumento das despesas, sobretudo com Equipamentos de Proteção Individual e higienização dos equipamentos;
- Crescente necessidade de manutenção das instalações e equipamento;



[Handwritten signatures and initials in blue ink]

- Dificuldade de recrutamento de pessoal face às exigências do perfil, formação e rácios previstos;

Assim, mantendo estas preocupações, definimos como objectivos estratégicos:

Melhorar os processos internos da Instituição:

- ✓ Manter uma cultura organizacional de qualidade dos serviços prestados;
- ✓ Assegurar o cumprimento dos critérios relativos ao Sistema de Gestão da Qualidade da segurança Social – Nível C.
- ✓ Assegurar um sistema ativo/dinâmico de comunicação e circulação de informação para uma melhor operacionalização das respostas.

Incentivar a aprendizagem e a motivação dos colaboradores:

- ✓ Assegurar a motivação, envolvimento e desenvolvimento dos colaboradores garantindo que todos interiorizem a Missão, Visão e Valores da Instituição;
- ✓ Incrementar a proatividade, a responsabilidade e a fidelização;
- ✓ Assegurar boas condições de trabalho, de forma a potenciar um bom desempenho.

Orientar a gestão para os clientes:

- ✓ Estreitamento das redes de comunicação entre instituição, utentes e famílias, envolvendo-os num projecto global em que todos participam;
- ✓ Assegurar o trabalho em parceria, contribuindo para uma gestão mais aberta, participativa e transparente;
- ✓ Promover uma focalização nas necessidades e expectativas dos clientes;
- ✓ Promover a medição da satisfação e insatisfação dos clientes.

Assegurar a sustentabilidade da Instituição:

- ✓ Manter a estabilidade na prestação dos serviços, no seu desenvolvimento e inovação;
- ✓ Consolidar o existente (respostas sociais e serviços, património, postos de trabalho);
- ✓ Mobilizar e gerir bem os recursos (humanos, financeiros, técnicos e logísticos) com o objectivo de gerar valor social;
- ✓ Manter uma estrutura financeira equilibrada assente na redução de custos operacionais e de funcionamento e incrementar o aumento de receitas através de mecanismos de eficiência e eficácia organizacional.



[Handwritten signatures and initials in blue ink]

6 - PLANO DE INTERVENÇÃO

NIVEIS DE INTERVENÇÃO	OBJETIVOS	AÇÕES A DESENVOLVER	CALENDARIZAÇÃO	FINANCIAMENTO
Recursos Humanos	Facilitar o processo de acolhimento e integração de novos colaboradores na instituição.	Elaboração de Manual de Acolhimento	Jan. a Dez.	N.A.
	Elevar os níveis de qualificação profissional dos recursos e as suas competências técnicas e relacionais.	Elaboração e execução do Plano de Formação Interna e Externa para os colaboradores.	Jan. a Dez.	Programas de financiamento à formação
	Acentuar o envolvimento dos colaboradores face à instituição criando formas de interiorização da missão e objetivos da organização.	Rever e atualizar a missão, os valores e os objetivos da instituição, confrontando as orientações com a prática quotidiana envolvendo os colaboradores no processo através de avaliação contínua.	Jan. a Dez.	Decorrente do funcionamento Institucional
Instalações	Melhorar e humanizar os espaços físicos e a funcionalidade do lar.	Fechar o telheiro (lado norte do Lar) por forma a criar um espaço adequado e acolhedor para a realização de atividades socioculturais.	Jan. a Jun.	Próprio da instituição
	Melhoramentos do edifício da sede em comum com Centro de Saúde.	Reparação de fissuras nas paredes exteriores do edifício sede em comum com o Centro de Saúde, na lateral e nas traseiras.	A aguardar parecer da C.M.T.V.	Em parceria com a C.M.T.V.



NIVEIS DE INTERVENÇÃO	OBJETIVOS	AÇÕES A DESENVOLVER	CALENDARIZAÇÃO	FINANCIAMENTO
Clientes	<p>Avaliar a satisfação dos clientes face aos serviços prestados nas respostas sociais para identificar pontos fortes e áreas de melhoria.</p> <p>Organizar, operacionalizar e avaliar os serviços às necessidades, expectativas e potenciais de desenvolvimento do cliente.</p>	<p>Aplicar questionário de avaliação da satisfação dos clientes ou seus representantes que identifique necessidades, constrangimentos e aspirações dos clientes.</p> <p>Dar continuidade à elaboração, monitorização e avaliação dos Planos Individuais</p>	<p>Outubro</p> <p>Jan. a Dez.</p>	<p>Decorrente do funcionamento institucional</p>
Respostas Sociais	<p>Prosseguir com o Sistema de Qualidade da Segurança Social – Nível C para as respostas sociais Estrutura Residencial, Centro de Dia e SAD.</p> <p>Retomar o Centro de Dia de acordo com as suas características normais, possibilitando o aumento do número de utentes desta resposta.</p>	<p>Dar continuidade ao trabalho, respondendo às exigências do Manual da Qualidade.</p> <p>Possibilitar aos utentes do Centro de Dia retomarem a frequência do mesmo e possibilitar a admissão de novos utentes.</p>	<p>Jan. a Dez.</p> <p>Dependendo da evolução pandémica</p>	<p>Decorrente do funcionamento institucional</p>
Parcerias	<p>Manter o trabalho em parceria de forma a aumentar a capacidade de resposta da Instituição, promover a inovação e a melhoria contínua dos serviços prestados.</p>	<p>Dar continuidade ao trabalho em parceria no âmbito da <i>Rede Social, Teleassistência, Fisioterapia Palliativa, Cuidados Continuados Articulados e G.I.C.</i> – Gabinete de Intervenção Comunitária.</p>	<p>Jan. a Dez.</p>	<p>De acordo com cada projeto (financiamento dos parceiros)</p>
Animação Sociocultural	<p>Promover a qualidade de vida dos clientes de todas as respostas sociais através da participação destes nas atividades de âmbito sociocultural.</p>	<p>Ações detalhadas em Plano Atividades anexo. (Atividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal)</p>	<p>Jan. a Dez.</p>	<p>Decorrente do funcionamento institucional</p>

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL
E
ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS PARA O ANO DE 2021



NOTA JUSTIFICATIVA

Esta Conta de Exploração Previsional foi elaborada de acordo com os valores referentes à média mensal dos últimos 9 meses de 2020.

Rendimentos

1- Vendas (71)

Esta receita é proveniente dos produtos para o cuidado diário do Cliente e foi estipulada com base na média do ano de 2020.

2- Prestação de Serviços (72)

No que respeita à prestação de serviços para as respostas sociais, foram calculados com base na média de recebimentos de 2020, ou seja, mantendo-se o número de Clientes a frequentar as várias Respostas Sociais, com exceção do Centro de Dia que elaboramos o orçamento com a esperança de que reabra em breve e que volte tudo à normalidade.

Para a seção de transportes, orçamentou-se uma verba idêntica à média dos 10 meses de 2020.

Aqui também contamos anualmente com as quotas dos sócios.

3- Subsídios à Exploração (75)

Elaborado com base na média dos 9 meses de 2020, aqui encontram-se os valores recebidos referente aos acordos de cooperação.

4- Outros Rendimentos e Ganhos (78)

Proveitos provenientes da renda da antena da Vodafone.

Prevê-se também o deferimento do financiamento por parte do QREN (Eficiência Energética) no valor de 10.413,49€ e a doação da nova viatura de transporte de doentes não urgentes Fiat Ducato "43-ZP-68", no valor de 5.091,08€.



Gastos

1- Custo das Mercadorias Vendidas e das Matérias Consumidas (Conta 61)

O valor orçamentado para a conta 611 Mercadorias, tem por base a conta 311 Compra de Mercadorias dos 9 meses de 2020.

No que diz respeito á conta 612 Matérias Primas, Subsidiárias e de Consumo, que tem por base a conta 312 e o saldo médio apresentado á data deste orçamento.

2- Fornecimentos e Serviços Externos (Conta 62)

Elaborado com base na média dos 9 meses de 2020 e nos contratos que se encontram em vigor com os respetivos fornecedores.

3- Gastos com pessoal (Conta 63)

Elaborado com base na média dos 10 meses de 2020, prevendo-se manter o mesmo número de trabalhadores nas respostas sociais afetas ao lar e na seção de transportes a redução de um motorista face ao ano de 2020.

4- Gastos de Depreciação e de Amortizações (64)

Valor calculado tendo em conta todo o Património existente e de acordo com as taxas legais em vigor e as amortizações do ano em curso.

5- Gastos e perdas de financiamento (Conta 69)

Nesta conta estão contemplados os juros a suportar com os créditos bancários em curso referente à compra de duas viaturas do transporte de doentes, duas VDTDs, sendo que uma das viaturas termina o empréstimo no 1º trimestre, e a colocação dos painéis fotovoltaicos (junho de 2020).

ORÇAMENTO DE INVESTIMENTOS

Para o ano de 2021 o investimento previsto nas instalações do lar será fechar o telheiro nas traseiras das instalações por forma a criar um espaço adequado e acolhedor para a realização de atividades socioculturais. Na sede prevê-se em parceria com a C.M.T.V., reparar as fissuras e pintura exterior do edifício.

Pelo exposto, julgamos que esta Conta de Exploração Previsional e Orçamento de Investimentos está em condições de merecer o voto favorável do Conselho Fiscal e de ser aprovada pela Assembleia-geral.

Campelos, 10 de novembro de 2020

A Direção

Orçamento Previsional para 2021

Conta	Descrição	900 - ASOCA	
		Mensal	Anual
6	GASTOS	91 410,63	1 096 927,52
61	Custo das mercadorias vendidas e das matérias c	11 887,49	142 649,88
611	Mercadorias	2 148,27	25 779,24
612	Matérias-primas, subsidiárias e de consumo	9 739,22	116 870,64
6121	Generos Alimentares	9 739,22	116 870,64
62	Fornecimentos e serviços externos	15 412,67	184 952,04
622	Serviços especializados	5 279,37	63 352,44
6221	Trabalhos especializados	3 177,80	38 133,60
62211	Gestão Resíduos - Rentokil	86,41	1 036,92
62212	Serviços Contabilidade	393,60	4 723,20
62213	Fisioterapia	450,00	5 400,00
62214	Cruz Vermelha Portuguesa	11,00	132,00
62216	Manutenção de espaços verdes	113,73	1 364,76
62217	Serv. Informática	349,69	4 196,28
62218	Serviços médicos	1 250,00	15 000,00
62219	Outros	523,37	6 280,44
622191	Certificação de Edifícios - SPCE	48,85	586,20
622192	Serviços Jurídicos	307,50	3 690,00
622195	Higiene e Segurança Alimentar	40,69	488,28
622196	Vistorias	0,00	0,00
622197	Controlo de Pragas	27,05	324,60
622198	Consultadoria	0,00	0,00
6224	Honorários	900,00	10 800,00
62241	Honorários	900,00	10 800,00
62241016	Marta Jesus Nunes da Silva	900,00	10 800,00
6226	Conservação e reparação	1 201,57	14 418,84
62261	Automóvel	740,14	8 881,68
62262	Instalações	211,43	2 537,16
62263	Equipamento	250,00	3 000,00
623	Materiais	746,00	8 952,00
6231	Ferramentas e utensílios de desgaste rápido	601,00	7 212,00
6233	Material de escritório	145,00	1 740,00
624	Energia e fluidos	5 513,31	66 159,72
6241	Electricidade	1 365,00	16 380,00
6242	Combustíveis	1 844,00	22 128,00
6243	Água	804,31	9 651,72
6244	Gas	1 500,00	18 000,00
625	Deslocações, estadas e transportes	0,00	0,00
6251	Deslocações e estadas	0,00	0,00
626	Serviços diversos	3 214,08	38 568,96
6261	Rendas e alugueres	188,77	2 265,24
6262	Comunicação	455,85	5 470,20
6263	Seguros	797,79	9 573,48
62631	Automóvel	607,93	7 295,16
62632	Multiriscos	158,61	1 903,32
62633	Outros Seguros	31,25	375,00
62634	Acidentes Pessoais	0,00	0,00
6267	Limpeza, higiene e conforto	1 635,00	19 620,00
6268	Outros serviços	136,67	1 640,04
62681	Outros	106,67	1 280,04
626811	Portagens	106,67	1 280,04
626812	Retrosaria	0,00	0,00
626813	Artigos Decoração	0,00	0,00
626814	Edenred	7,50	90,00
62682	Funerais	0,00	0,00
62684	Jornais	30,00	360,00
627	Encargos Com Utentes	659,91	7 918,92
6271	Encargos com Utentes	659,91	7 918,92
63	Gastos com o Pessoal	57 161,16	685 933,89
631	Remunerações dos órgãos sociais	688,81	8 265,72
632	Remunerações do pessoal	45 855,77	550 269,20
6321	Remunerações Certas	35 217,02	422 604,24
63211	TCO - IPSS (Geral)	35 217,02	422 604,24
632111	Vendas e Serviços Prestados	31 992,92	383 915,04
632112	Serviços Administrativos	3 224,10	38 689,20
6322	Remunerações Adicionais	10 638,75	127 664,96
63221	Subsídios	8 087,42	97 049,04
632211	Subsidio de Alimentação	404,25	4 851,00
6322111	Subsidio de Alimentação (numerário)	57,75	693,00
6322112	Cartão Refeição	346,50	4 158,00
632212	Subsidio de Férias	2 934,75	35 217,00
6322121	TCO - IPSS (Geral)	2 934,75	35 217,00
63221211	Vendas e Serviços Prestados	2 666,08	31 992,96

[Handwritten signatures and initials in blue ink]

Conta	Descrição	900 - ASOCA	
		Mensal	Anual
63221212	Serviços Administrativos	268,67	3 224,04
632213	Subsidio Natal	2 934,75	35 217,00
6322131	TCO - IPSS (Geral)	2 934,75	35 217,00
63221311	Vendas e Serviços Prestados	2 666,08	31 992,96
63221312	Serviços Administrativos	268,67	3 224,04
632214	Subsidio de Turno	1 813,67	21 764,04
6322141	TCO - IPSS (Geral)	1 813,67	21 764,04
63221411	Vendas e Serviços Prestados	1 813,67	21 764,04
63222	Trabalho Suplementar	0,00	0,00
632221	TCO - IPSS (Geral)	0,00	0,00
6322211	Vendas e Serviços Prestados	0,00	0,00
63223	Ajudas de Custo	0,00	0,00
632231	TCO-IPSS (Geral)	0,00	0,00
6322311	Vendas e Serviços Prestados	0,00	0,00
6322312	Serviços Administrativos	0,00	0,00
63224	Isenção Horário	405,55	4 866,56
632241	TCO-IPSS (Geral)	405,55	4 866,56
6322411	Vendas e Serviços Prestados	405,55	4 866,56
63225	Abonos Falha	58,00	696,00
63226	Diuturnidades	2 087,78	25 053,36
632261	TCO - IPSS (Geral)	2 087,78	25 053,36
6322611	Vendas e Serviços Prestados	1 912,01	22 944,12
6322612	Serviços Administrativos	175,77	2 109,24
63229	Outros	0,00	0,00
632291	Outros Premios	0,00	0,00
6322911	TCO - IPSS (Geral)	0,00	0,00
63229111	Vendas e Serviços Prestados	0,00	0,00
6323	IEFP	0,00	0,00
63231	Estágios Profissionais	0,00	0,00
632311	TCO-IPSS (Geral)	0,00	0,00
6323111	Vendas e Serviços Prestados	0,00	0,00
6323112	Serviços Administrativos	0,00	0,00
632312	Isento Encargos Entidade Patronal	0,00	0,00
6323121	Vendas e Serviços Administrativos	0,00	0,00
6323122	Serviços Administrativos	0,00	0,00
63232	Emprego Inserção - CEI	0,00	0,00
63233	Subsidio de alimentação	0,00	0,00
63234	Subsidio de Transporte	0,00	0,00
634	Indemnizações	0,00	0,00
6342	Férias não gozadas	0,00	0,00
635	Encargos sobre remunerações	9 711,42	116 537,04
6351	TCO - IPSS (Geral)	9 701,04	116 412,48
6353	Fundo de garantia de compensação do trabalho	10,38	124,56
636	Seguros de acidentes no trabalho e doenças profiss	550,76	6 609,12
6361	Seguro Acidentes Trabalho	550,76	6 609,12
638	Outros gastos com o pessoal	354,40	4 252,80
6381	Medicina Higiene e Segurança do Trabalho	115,73	1 388,76
63811	Medicina no Trabalho	99,00	1 188,00
63812	Higiene e Segurança do Trabalho	16,73	200,76
6383	Formacao Profissional	0,00	0,00
63831	Formação Profissional	0,00	0,00
6385	Outros Custos com o Pessoal	238,67	2 864,04
63851	Vestuario e Calçado	238,67	2 864,04
63852	Outros	0,00	0,00
64	Gastos de depreciação e de amortização	6 849,06	82 188,72
642	Activos fixos tangíveis	6 849,06	82 188,72
6422	Edificios e Outras Construcoes	3 232,43	38 789,16
64221	Edificios	3 232,43	38 789,16
6423	Equipamento Basico	668,12	8 017,44
64239	Outro	668,12	8 017,44
6424	Equipamento de Transporte	2 461,92	29 543,04
64249	Outros	2 461,92	29 543,04
6426	Equipamento Administrativo	436,79	5 241,48
64261	Mobiliario e Utensilios Administrativos	436,79	5 241,48
6429	Outras Imobilizacoes Corporeas	49,80	597,60
68	Outros gastos	28,75	345,00
688	Outros	28,75	345,00
6883	Quotizações	28,75	345,00
69	Gastos de financiamento	71,50	858,00
691	Juros suportados	70,25	843,00
6911	Juros de financiamentos obtidos	70,25	843,00
698	Outros gastos de financiamento	1,25	15,00
6981	Relativos a financiamentos obtidos	1,25	15,00
6988	Outros	0,00	0,00

Conta	Descrição	900 - ASOCA	
		Mensal	Anual
7	RENDIMENTOS	91 555,82	1 098 669,84
71	Vendas	2 459,81	29 517,72
711	Mercadorias	2 459,81	29 517,72
72	Prestações de serviços	58 439,36	701 272,32
721	Quotas dos utilizadores, Matrículas e Mensalidades de	45 858,86	550 306,32
7214	Terceira Idade	45 858,86	550 306,32
72141	Lares	38 859,36	466 312,32
72142	Centros de Dia	875,00	10 500,00
72143	Apoio Domiciliario	6 124,50	73 494,00
722	Quotizações e jóias	307,50	3 690,00
7221	Quotas	307,50	3 690,00
727	Comparticipação de Utentes	682,00	8 184,00
7271	Outros	682,00	8 184,00
729	Transporte Doentes	11 591,00	139 092,00
75	Subsídios, doações e legados à exploração	28 412,88	340 954,56
751	Subsídios das Entidades Públicas	28 412,88	340 954,56
7511	ISS, IP - Centro Distrital	28 412,88	340 954,56
75111	Lares	17 238,48	206 861,76
75112	Centros de Dia	1 212,00	14 544,00
75114	Apoio Domiciliario	9 962,40	119 548,80
7513	IEFP-Estágios Profissionais	0,00	0,00
75131	IEFP-Estágios	0,00	0,00
76	Reversões	0,00	0,00
761	De depreciações e de amortizações	0,00	0,00
762	De perdas por imparidade	0,00	0,00
7621	Em dívidas a receber	0,00	0,00
763	De provisões	0,00	0,00
77	Ganhos por aumentos de justo valor	0,00	0,00
771	Em instrumentos financeiros	0,00	0,00
772	Em investimentos financeiros	0,00	0,00
773	Em propriedades de investimento	0,00	0,00
774	Em activos biológicos	0,00	0,00
78	Outros rendimentos	2 243,77	26 925,24
781	Rendimentos suplementares	323,62	3 883,44
7812	Aluguer de equipamento	323,62	3 883,44
78121	Vodafone	323,62	3 883,44
788	Outros	1 920,15	23 041,80
7883	Imputação de subsídios para investimentos	1 292,09	15 505,08
78831	PIDDAC	0,00	0,00
78835	Qren - Certificação Energética	424,30	5 091,60
78837	Ambulância - 43-ZP-68	867,79	10 413,48
7884	Ganhos em outros instrumentos financeiros	0,00	0,00
7885	Restituição de impostos	0,00	0,00
7886	Donativos	300,00	3 600,00
78861	Lar Stº António	300,00	3 600,00
78862	Sede - Secção Transportes	0,00	0,00
7888	Outros não especificados	328,06	3 936,72
78881	Outros não especificados	0,00	0,00
788811	Comparticipação energia elétrica	0,00	0,00
78888	Café	328,06	3 936,72

J & S
R. S. L.
S. L.

Conta	Descrição	900 - ASOCA	
		Mensal	Anual
7	RENDIMENTOS	91 555,82	1 098 669,84
6	GASTOS	91 410,63	1 096 927,52
8	Resultados	145,19	1 742,32



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

[Handwritten signatures]

PLANO DE AÇÃO 2021 ANIMAÇÃO SO Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividade a desenvolver	Calendarização	Local	Intervenientes	Recursos		
						Humanos	Materiais	Financeiros
Enriquecer e valorizar os saberes dos idosos promovendo o intercâmbio intergeracional com outras instituições e entidades.	- Relembrar a data festiva.	Comemoração do Dia de Reis – Intercâmbio com as crianças da Escola Primária de Campelos (através do ZOOM). Partilha de canções sobre as janeiras	06 de janeiro	Escola Primária de Campelos e Lar de Santo António	- Crianças da Pré - Escola de Campelos; - Clientes das respostas Sociais de ERPI.	-Animadora, monitora; 2 Professoras da Escola e 2 auxiliares ação educativa.	- Computador - Televisão - Sistema de som	
		Festa de Carnaval – baile com músicas de Carnaval e lanche partilhado.	12 de fevereiro	Lar de Santo António	- Crianças do espaço 4G;		-Aparelhagem, Computador, Serpentinhas e fatos de carnaval.	10€ Para compra de balões, confetes e serpentinhas.
	- Proporcionar uma tarde diferente entre as crianças e as várias respostas sociais. -Festejar o Dia do Idoso.	Comemoração do dia do idoso – Tarde de música, teatro e lanche de convívio.	01 de outubro	Lar de Santo António	- Clientes das Respostas Sociais ERPI, Serviço de Apoio ao Domicílio e Centro de Dia; - Crianças, auxiliares e Educadoras da Creche Menino Jesus: sala pré-escola;	- Animadora, monitora; auxiliares de serviços gerais, auxiliares de ação direta, Encarregada Geral, 2 Educadoras de Infância.	-Aparelhagem, computador, impressora e papel.	20€ Para compra de mercearia para realizar o lanche.
	- Dar a conhecer a marcha da ASOCA e a marcha do Centro S. P. de Campelos aos clientes;	Arraial dos Santos Populares–Decorar o espaço do arraial; - Apresentar as marchas e depois	24 de junho	Exterior do Lar			- Cadeiras, Aparelhagem, fatos e arcos das marchas, mesas para lanche	50€ Para lanche e decoração.



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

		um lanche de convívio;						
--	--	------------------------	--	--	--	--	--	--

Proporcionar aos clientes interação, dinamismos e alegria através da Comemoração de Datas Festivas	<ul style="list-style-type: none"> - Comemorar o início da Primavera - Proporcionar o gosto pelos jogos ao ar livre. 	Comemoração dia da Primavera – Realização de jogos tradicionais no exterior do Lar.	22 de março	Exterior do Lar	Clientes das Respostas Sociais: ERPI, Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia.	Animadora, Monitora, Auxiliar de Serviços	Jogos: latas, malha, balões, pião e pesca;	20€ Para compra de material
	<ul style="list-style-type: none"> - Promover o convívio entre os clientes da ASOCA e os de outra IPSS. 	Intercâmbio com outra IPSS – Contactar outra IPSS para realizar um dia de convívio e animação entre os clientes.	02 de abril	Local a definir posteriormente			Carrinhas, mala SOS, Crachás	
	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar o contacto com a natureza. - Dar continuidade às tradições dos clientes; 	Ida à espiga – Levar os clientes aos campos para apanharem espiga e posteriormente fazerem um ramo.	13 de maio	Exterior do Lar			Cordão, tesoura/faca	
	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar para a importância de ser avó/avô; - Promover o contacto entre os 	Dia dos Avós – Videochamadas ente os clientes e netos;	26 de julho	Lar de Santo António			Computador, internet	15€ para compra de cartolinas, impressão de fotografias;



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

	clientes e seus familiares.	Convidar os netos a visitar os avós na instituição;						
	- Festejar o 21.º Aniversário do Lar; - Proporcionar uma tarde agradável a todos os que estejam presentes na festa.	Aniversário do Lar – Atuação de um cantor/músico; cantar os parabéns; distribuir bolo e espumante pelos clientes.	12 de novembro	Lar de Santo António		Animadora, monitora, auxiliares de serviços gerais, ajudantes de ação direta, encarregada geral; cantor/músico; Membros da direção.	Aparelhagem, bolo, espumante.	100€ para músico e lanche com bolo e espumante.
	- Dar continuidade às comemorações dos aniversários; - Valorizar a pessoa idosa lembrando a sua data de nascimento.	Comemoração de Aniversários – Cantar os parabéns a todos os aniversariantes do mês, bem como distribuir bolo por todos os clientes do refeitório.	Mensalmente	Lar de Santo António		Animadora, monitora, auxiliares de serviços gerais, ajudantes de ação direta, cozinheira.	Velas, ingredientes e decoração para o bolo.	15€ por mês para confeção e decoração do bolo.
Promover Valorização Espiritual e Pessoal	- Dar continuidade às tradições religiosas; - Promover atividades na Capela do Lar.	Terço na Capela do Lar - Ajudar os clientes a dirigirem-se para a capela e organizar os mistérios e os cânticos.	maio - quinzenalmente.	Capela do Lar de Santo António	Clientes das Respostas Sociais de ERPI e Centro de Dia	Animadora, monitora	Velas, livro de cânticos e dos mistérios	



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

	<ul style="list-style-type: none"> - Dar continuidade às tradições religiosas; - Possibilitar os clientes de visitar o Santuário. 	Ida ao Senhor Jesus do Carvalho – Visitar o Santuário, rezar o terço, acender velas.	07 e 14 de outubro	Senhor Jesus do Carvalho		Animadora, monitora, auxiliar de serviços	Carrinhas; livro de cânticos e dos mistérios	20€ para transporte
	<ul style="list-style-type: none"> - Promover atividades religiosas. - Diversificar o tipo de atividade religiosa que é costume realizar. 	Via Sacra – Visualizar as estações da via sacra na televisão/tela e recitar orações;	01 de abril	Sala de estar do Lar de Santo António de Campelos	Clientes das Respostas Sociais ERPI, Serviço de Apoio ao Domiciliário e Centro de Dia.	Animadora, monitora	Livro de Cânticos, terço, livro de orações e passagens, data show.	30€ para compra de material para decoração
	<ul style="list-style-type: none"> - Envolver no espírito Natalício; - Sensibilizar para a importância da data; - Presentear os idosos com uma pequena lembrança. 	Festa de Natal – Realização de teatros com funcionárias e idosos; cântico de músicas natalícias; distribuição das prendas; lanche de convívio.	22 de dezembro	Lar de Santo António			Aparelhagem, vestuário, computador; material para cenário e trajas	300€ para compra das prendas; 20€ para material a utilizar na festa.
	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar para a importância da data; - Valorizar a pessoa idosa no domicílio. 	Entrega de Prendas aos clientes do Serviço de Apoio Domiciliário – Ir numa carrinha entregar as prendas aos clientes de S. de apoio ao domicílio;	24 de dezembro	Casa do cliente		Clientes da Resposta Social de Serviço de Apoio Domiciliário	Animadora, monitora	- Carrinha



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

[Handwritten signatures and initials in blue ink]

	- Proporcionar aos clientes uma tarde agradável com a simulação da passagem de ano.	Festa de Final de Ano – Realização de um baile para despedida do ano velho e simulação da meia-noite	29 de dezembro	Lar de Santo António	Clientes das respostas sociais de ERPI e Centro de Dia. Crianças do Espaço 4G	Animadora, monitora, encarregada geral, auxiliares de serviços gerais e cozinheiras	-Aparelhagem, espumante, passas, confettis	30€ para compra de espumante, passas e confettis
--	---	---	----------------	----------------------	---	---	--	--

Divulgar a nossa instituição e interagir com outras entidades	- Promover o convívio entre diferentes instituições através de jogos de mesa; - Estimular o espírito de competição e capacidade cognitiva.	Torneio de Cartas e Dominó das IPSS – formar um grupo com algumas instituições da região oeste; elaborar um esquema de jogos e realização do torneio nas várias IPSS.	- setembro e outubro (datas a combinar pelas IPSS organizadoras)	Lar de Santo António, Santa Casa da Misericórdia de Torres Vedras, Casa do Povo do Maxial, Lar Monte redondo e Associação S. Outeiro da Cabeça.	Clientes das Respostas Sociais ERPI, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.	Animadora, monitora	Cartas, dominó, mesas cadeiras, folhas de jogo, canetas e decoração.	50€ para Troféus, lanche e deslocações
	- Inserir os clientes das várias respostas sociais em atividades e/ou passeios organizados pela comissão das IPSS; - Dar continuidade à participação dos	Passeio Anual das IPSS – Participar no passeio das IPSS a um local predefinido pela comissão organizadora da atividade.	Data e dia a definir pela comissão organizadora da atividade	Local a definir		Animadora	Mala de Primeiros Socorros; Mala com produtos de higiene.	100€ para funcionárias; o restante custo é suportado pelos clientes



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

	<p>clientes nas atividades realizadas pela comissão das IPSS;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Promover o convívio entre clientes das diversas respostas Sociais e IPSS; 	<p>Encontro de idosos.</p> <p>Neste dia os clientes, participam na missa; almoçam em convívio, vão à quermesse e dançam ou assistem à música.</p>	<p>Junho – Dia a definir pela comissão organizadora da atividade</p>	<p>Santuário do Senhor Bom Jesus do Carvalhal</p>		<p>Animadora, monitora, auxiliares de serviços gerais, ajudantes de ação direta</p>	<p>Mala de Primeiros Socorros; Almoço e Lanche; Mala com produtos de higiene.</p>	<p>40€ para deslocações</p>
	<ul style="list-style-type: none"> - Promover atividades fora da instituição; 	<p>Passeio de Verão</p> <p>– Definir uma rota pelas praias da região.</p>	<p>06 e 08 de julho</p>	<p>Local a definir</p>		<p>Animadora, monitora, auxiliares de serviço social.</p>	<p>Mala de Primeiros Socorros; Mala SOS</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> - Promover o convívio entre os clientes da ASOCA e das outras IPSS participantes; - Envolver no espírito Natalício. 	<p>Almoço de Natal das IPSS – Os clientes vão almoçar ao restaurante, onde também podem disfrutar de um baile e lanche.</p>	<p>dezembro – Dia a definir pela comissão organizadora da atividade</p>	<p>Restaurante a designar</p>		<p>Animadoras, auxiliares de serviços gerais/ ajudantes de ação direta, encarregada geral.</p>	<p>Carrinhas, Mala de primeiros Socorros e produtos de higiene.</p>	<p>45€ para funcionárias; o restante é suportado pelo cliente.</p>
<p>Proporcionar aos clientes uma melhoria na: Força Muscular, Capacidade</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Incentivar para a prática de 	<p>Exercícios de movimentação – Realização de exercícios tais como: Passadeira, pedaleira, roldana, marcha</p>	<p>3 vezes por semana</p>	<p>Lar de Santo António</p>	<p>Clientes das Respostas Sociais ERPI, Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia</p>	<p>Animadora, monitora, Auxiliar de serviços</p>	<p>Passadeira, Roldana, pedaleira, bola.</p>	



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

Cardiorrespiratória, coordenação motora e equilíbrio	exercícios de movimentação.	e exercícios com bola na sala.						
		- Apoio na marcha e exercícios no espaldar aos clientes mais dependentes sob a coordenação da Fisioterapeuta.	1 vez por semana	Instalações da Instituição	Clientes da Resposta Social ERPI	Fisioterapeuta e animadora ou monitora	Andarilho, espaldar e barras	
	- Estimular para a prática de atividades em grupo. - Incentivar à participação na ginástica.	Ginástica de grupo com fisioterapeuta – Realização de 1h de ginástica em grupo com o auxílio de bolas, elásticos, bola de fitness, pesos.	Quinzenalmente	Lar de Santo António		Animadora/ Monitora, fisioterapeuta	Bola de fitness, pesos, elásticos, bolas pequenas,	
Promover tarde de culinária com os Clientes	- Estimular a memória para a lembrança de receitas antigas; - Estimular os clientes para a aprendizagem de novas receitas; - Promover o espírito de grupo.	Atelier de Culinária – Um grupo de clientes vai para o refeitório confeccionar uma receita já conhecida que depois será servida a todos os clientes ao lanche;	Bimestral	Lar de Santo António	Clientes das Respostas Sociais ERPI e Centro de Dia	Animadora, Monitora, Encarregada Geral e Cozinheira.	Utensílios de cozinha, fornos, toucas e aventais	10€ por mês para compra de material e condimentos.



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

Estimulação cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação cognitiva; -Reforçar o espírito de grupo; - Estimular a capacidade de atenção e perceção. 	Jogos cognitivos – Realização de diversos tipos de jogos tais como: loto, “Quem sabe, sabe”, entre outros. Também jogos que podem ser pesquisados.	Mensalmente	Lar de Santo António			Animadora e Monitora	Jogos	60€ para aquisição de novos jogos.	
	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação da motricidade fina; - Estimulação da capacidade sensorial: visão e tato; - Estimular o poder de decisão e perceção em relação a cores. - Estimular a criatividade. 	Pintura de desenhos – Para cada mês é definido um tema em que os clientes pintam um desenho alusivo a esse mesmo tema.	Mensalmente	Lar de Santo António				Clientes das Respostas Sociais de ERPI, Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia	Desenhos, lápis de cor, afia, fotocopiadora, computador.	30€ para gastos com material
	<ul style="list-style-type: none"> - Estimulação da motricidade fina; - Estimulação da memória. -Dar continuidade à aprendizagem. 	Alfabetização Sénior – Realização de exercícios de escrita, ditados ou cópias.	Mensalmente	Lar de Santo António					- Caneta, papel, livros	



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

[Handwritten signatures in blue ink]

<p>Estimular o interesse para a elaboração de trabalhos manuais;</p> <p>Valorizar o conhecimento e a habilidade da pessoa idosa</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reforçar o espírito Pascal; - Promover o espírito de entreajuda; - Estimular para a aprendizagem de trabalhos alusivos à Páscoa. 	<p>Ateliê de trabalhos para a Páscoa e venda dos mesmos – Realização de trabalhos alusivos à Páscoa; exposição e venda dos mesmos.</p>	Março			Animadora, monitora, auxiliar de serviços.	Material de artesanato, tintas.	40€ para material.
	<ul style="list-style-type: none"> - Envolver no espírito Natalício; - Estimular para a aprendizagem de trabalhos alusivos ao Natal; - Promover o espírito de entreajuda. 	<p>Ateliê de trabalhos de Natal e Venda dos mesmos – Realização de trabalhos alusivos ao Natal; exposição e venda dos mesmos.</p>	novembro e dezembro				Material de artesanato diversificado	100€ para compra de material
	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a aprendizagem para realização de vários tipos de trabalhos manuais; - Promover o espírito de entreajuda; - Valorizar a pessoa idosa e as suas capacidades. 	<p>Elaboração de diversos tipos de trabalhos manuais – Realização vários tipos de trabalhos manuais com o propósito de ao longo do ano se ir expondo e vendendo.</p>	Ao longo do ano	Lar de Santo António	Clientes das Respostas Sociais de ERPI e Centro de Dia		Material de artesanato diversificado, tecido, material reciclável.	150€ para compra de material ao longo do ano.



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

	<ul style="list-style-type: none"> - Estimular para a confeção e reutilização de fatos; - Estimular para a criatividade; - Promover o trabalho em grupo. 	Ateliê para as marchas de Santo António – Realização de fatos para as marchas bem como acessórios e arcos.	<p align="center">abril, maio e junho</p>			<p align="center">Animadora, Monitora, auxiliar de serviços, encarregada geral</p>	<p align="center">Tecido, material para a confeção dos arcos e acessórios</p>	<p align="center">350€ para compra de tecidos, linhas, elásticos e materiais para elabora o arco</p>
Valorizar a pessoa idosa na comunidade através de parcerias	<ul style="list-style-type: none"> - valorizar a pessoa idosa; - Inserir os clientes em atividades da comunidade; - Fortalecer o elo de ligação entre clientes e colaboradores da instituição. 	Marchas de Santo António – Apresentação da Marcha da ASOCA à comunidade; assistir às marchas das outras instituições.	<p align="center">Dia 18 de junho- Data a confirmar pela procampelo: associação que organiza as atividades de animação na comunidade;</p>	<p align="center">Recinto da festa de Campelos</p>		<p align="center">Animadora, Monitora, Encarregada Geral, Colaboradores da ASOCA</p>	<p align="center">Carrinhas, vestuário, arcos e acessórios, bolos, sumos</p>	<p align="center">30€ para bolos e sumos</p>
Contribuir para a melhoria da qualidade de vida do cliente e do seu bem-estar	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir para a melhoria da autoestima do cliente; - Cuidar do aspeto físico do cliente. 	Cuidados de imagem – Cortar as unhas, limar e pintar; retirar os pelos faciais	<p align="center">Semanalmente</p>	<p align="center">Lar de Santo António</p>	<p align="center">Clientes das Respostas Sociais ERPI, Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia</p>	<p align="center">Animadora, monitora e voluntária</p>	<p align="center">Máquina da cera, utensílios de manicura, creme de rosto, toalha, mesa e cadeiras</p>	<p align="center">50€ para a aquisição de material ao longo do ano</p>
		Vinda da Cabeleireira ao Lar – Cortes de cabelo aos clientes que	<p align="center">Mensalmente</p>	<p align="center">Lar de Santo António</p>	<p align="center">Clientes das Respostas Sociais de ERPI, Serviço de Apoio</p>	<p align="center">Animadora/monitora, cabeleireira (externa)</p>	<p align="center">Cadeira, mesa de suporte, utensílios de cabeleireiro.</p>	<p align="center">Custo do corte de cabelo a suportar pelo cliente</p>



ASOCA – Associação de Solidariedade Social e de Socorros de Campelos
Plano de Ação de Animação Sociocultural para 2021

[Handwritten signatures in blue ink]

		desejarem e/ou necessitarem.			Domiciliário e Centro de Dia			
	- Proporcionar aos clientes um controle do seu peso corporal; - Sensibilizar os clientes para o excesso de peso ou peso abaixo do IMC ideal	Controle do peso corporal – Pesar todos os clientes que estejam interessados;	Mensalmente	Lar de Santo António			Balança e folhas de registo	

A Animadora Sociocultural:

Fátima Santos

A Monitora:

Cláudia Santos

A Diretora Técnica:

Miguel Aniceto

Data: _____

Ata nº 2 de 2020

- Aos treze dias do mês de Novembro de dois mil e vinte, reuniu na sede da ASOCT - Associação de Solidariedade Social e de Serviços de Canteiros, o Conselho Fiscal com a presença dos seus membros, Presidente José Augusto dos Santos e vogais Abelardo Manuel Rodrigues Ramos e Alcídio Gomes Antunes, para nos termos dos estatutos aprovar o Plano de Atividades, a Conta de Exploração Previsional e o Orçamento de Investimentos para o ano de dois mil e vinte e um e emitir o seu parecer.
- Com base nos documentos apresentados em suporte de papel e distribuídos pelos presentes, Plano de Atividades, Conta de Exploração Previsional com a nota explicativa e o Orçamento de Investimentos, apoiado nos esclarecimentos prestados pela Direção, deliberou-se emitir parecer favorável.
- Nada mais havendo a tratar, deu-se por encerrada a reunião e elaborou-se a presente ata que vai ser devidamente assinada pelos presentes.

José Augusto Santos
Abelardo Manuel Rodrigues Ramos