

GRUPO DE ACÇÃO COMUNITÁRIA - IPSS



Plano de Atividades e Orçamento 2026

Novembro de 2025

Denominação Social:

GAC - Grupo de Acção Comunitária, IPSS

Sede Social:

Rua Vitor Santos, lote R8, Loja A, Bairro da Horta Nova, 1600-785 Lisboa

Contribuinte: 503 48 38 77

Missão

Promover e contribuir para a reabilitação, autonomia e integração social e/ou profissional de pessoas com doença mental, apoiar as suas famílias e cuidadores, proporcionando assim, uma melhor qualidade de vida.

Visão

Contribuir para uma sociedade mais inclusiva e tolerante, promovendo em todas as suas vertentes o bem-estar das pessoas com doença mental.

Valores

Respeito: Reconhecemos o valor, a individualidade e as escolhas de cada pessoa.

Responsabilidade: Atuamos com compromisso, transparência e foco no impacto social.

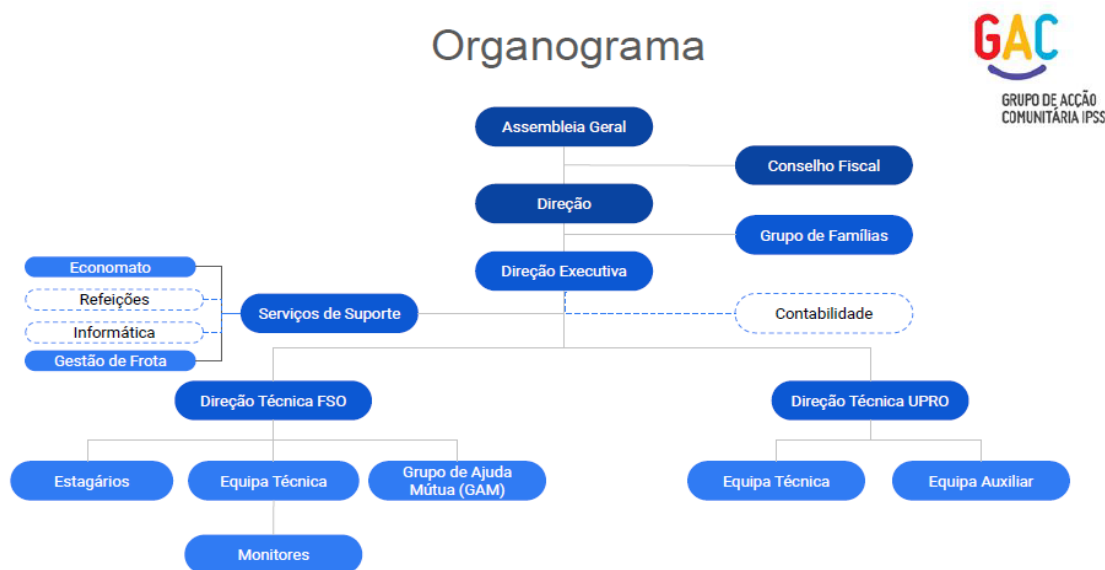
Ética: Mantemos uma prática íntegra, baseada em direitos humanos.

Igualdade: Promovemos o acesso equitativo e oportunidades para todos.

Inclusão: Valorizamos e promovemos ambientes que acolhem a diversidade e eliminam barreiras.

Participação: Promovemos o envolvimento ativo de todos em todas as decisões.

Liberdade: Valorizamos a autodeterminação, a autonomia e o direito a viver plenamente.



Objetivos Estratégicos

1. Promover a melhoria contínua e a qualidade de serviços prestados
2. Promover a qualificação e eficiência dos recursos humanos
3. Consolidar a comunicação externa e promover a política de angariação de fundos
4. Consolidar a rede de parcerias
5. Sensibilizar a sociedade em geral para a problemática da saúde mental
6. Consolidar de forma sustentável o crescimento da instituição
7. Consolidar e criar respostas no âmbito da Saúde Mental

Equipamentos

- Fórum Sócio Ocupacional (FSO)
- Unidade de Vida Protegida (UPRO)
- Unidade de Intervenção Precoce (UPI) - em desenvolvimento

CORPOS GERENTES**Mesa da Assembleia Geral**

Presidente	Maria Luísa Figueira
Vice-Presidente	Marco António da Silva Pires Paulino
Secretário	Maria Vilar Guerreiro Diógenes

Direção

Presidente	Pedro Miguel Ferreira Santos Levy
Vice-Presidente	Marie-Paule Médici da Silveira Folgado
Tesoureiro	Carlos de Jesus Dias Alves
Secretário	Patrícia Sofia Fonseca Plácido
Vogal	Maria Manuela Correia Vieira Silva

Conselho Fiscal

Presidente	Martinho Joaquim Mendonça Caetano
Vogal	João Ventura Ribeiro Tourão
Vogal	João Pedro Martins Lourenço

O Plano de Atividades e Orçamento do GAC para o ano de 2026, apresenta-se como um documento orientador das ações a que nos propomos neste ano em referência, que se complementa com a vertente orçamental e política de investimentos, projetando também o resultado previsional deste período.

Em sintonia com a nossa missão de prestar serviços de qualidade às pessoas com experiência em doença mental, e conscientes das complexidades que o atual contexto socioeconómico impõe, traçamos um conjunto de objetivos estratégicos que visam não apenas a sustentabilidade da instituição, mas também a otimização dos recursos e a melhoria contínua dos nossos serviços, e na criação de projetos com soluções inovadoras, que tenham enquadramento legal, e respondam a necessidades identificadas na nossa comunidade.

Um dos grandes desafios para 2026 reside na sustentabilidade económica. A inflação, por um lado, e a significativa dependência das sempre limitadas atualizações dos valores dos acordos de cooperação, por outro.

A melhoria e reestruturação dos equipamentos são também prioridades estratégicas para o próximo ano.

Por fim, este plano representa um esforço conjunto de todos os intervenientes, queremos expressar um profundo agradecimento a todos os colaboradores e membros dos órgãos sociais pela sua dedicação e compromisso. Com o apoio de toda a equipa, enfrentamos com otimismo e determinação os desafios do próximo ano, convictos de que, juntos, continuaremos a promover e contribuir para a reabilitação, autonomia e integração social e/ou profissional de pessoas com necessidades de cuidados em saúde mental, apoiar as suas famílias e cuidadores, proporcionando assim, uma melhor qualidade de vida, como também continuar a desenvolver iniciativas de combate ao estigma.

1. Enquadramento do Plano de Atividades de 2026

O grande objetivo é manter a capacidade de resposta nas respostas sociais que são o cerne da nossa atividade e em paralelo tentar o desenvolvimento de outros projetos alguns com natureza mais pontual, outros mais experimental e um grande projeto de continuidade na área mais precoce da saúde mental.

Dando continuidade ao trabalho realizado em 2025 com médicos, enfermeiros, terapeutas e técnicos de serviço social da ULS Santa Maria, mais propriamente do Serviço de Psiquiatria, em 2026 vamos procurar criar, implementar e desenvolver uma Unidade de Intervenção Precoce para pessoas com idades entre os 18 e os 35 anos. Com o objetivo de desenvolver um programa individual de reabilitação para estes indivíduos que se encontram nas fases iniciais destas patologias, o que reportamos da maior importância.

O presente plano reflete as estratégias a implementar, quer ao nível da melhoria contínua da organização, comunicação interna e externa, infraestruturas e equipamentos, quer dos recursos humanos e diversidade dos serviços a prestar aos utentes e à comunidade e também com as entidades parceiras e federações de que fazemos parte.

2. Intervenção Interna

- ✓ Em 2026 planeamos continuar a usufruir da supervisão clínica mensal proporcionada pelo Serviço de Psiquiatria do Centro Hospitalar Lisboa Norte.
- ✓ Formação e capacitação dos recursos humanos
- ✓ Avaliação do grau de satisfação dos beneficiários
- ✓ Investimento na adequação do edificado das respostas sociais.
- ✓ Investimento no Serviço Social no GAC, para dar continuidade às boas práticas realizadas no apoio e ajuda na procura de meios que permitam uma maior autonomia económica e maior bem-estar dos utentes.
- ✓ Dar continuidade às reuniões e valorizar, cada vez mais, o Grupo de Famílias do GAC: colaboração com a AFAPSI; festa das famílias e festa de Natal e reuniões trimestrais.

3. Eventos Importantes para 2026

- ✓ Campanha e divulgação da Consignação do IRS
- ✓ Organização de uma conferência
- ✓ Dar continuidade em parceria com a Junta de Freguesia de Carnide ao Projeto Carnide + Feliz, do grupo de trabalho de Ação Social e Saúde
- ✓ Formação interna para utentes, colaboradores e famílias
- ✓ Criação e Implementação de nova Resposta Social
- ✓ Candidaturas a projetos:
 - BPI Fundação La Caixa;
 - Pingo doce de Telheiras - Programa Bairro Feliz e outros projetos
 - INR 2026
 - Movimento 1€
 - Outros projetos que possam surgir.

4. Atividades com Comunidade e Parceiros

Em todas as respostas sociais, o objetivo é a inclusão social, o que só pode acontecer se as pessoas estiverem presentes e participarem na vida da comunidade. Para isso é essencial a rede de parceiros que facilitam a realização de estágios por exemplo. A Câmara Municipal de Lisboa e a Junta de Freguesia de Carnide continuarão a ser essenciais para a realização de todas as atividades e serviços do GAC, atividades lúdicas, desportivas, eventos, comemorações, e pela cedência de espaços tornando-se por isso os parceiros determinantes.

O objetivo principal é os utentes realizarem atividades para a comunidade e, com a comunidade e estarem em contato permanente com outras pessoas fora da organização. Iremos dar continuidade ao trabalho desenvolvido com Instituições congéneres e fortalecer as parcerias com o poder local, entidades de ensino e empresas.

Os nossos parceiros:

- Serviço de Psiquiatria da ULS Santa Maria
- Serviço de Psiquiatria da ULS Loures-Odivelas

- Direção Geral de Saúde
- Clínica Psiquiátrica São José

- Junta de Freguesia de Carnide
- Câmara Municipal de Lisboa
- Grupo Comunitário da Horta Nova
- GEBALIS - Gestão de Bairros Municipais

- ISPA - Instituto Universitário
- Universidade Católica Portuguesa
- Universidade Autónoma
- Universidade Europeia
- Escola Superior de Educação
- ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa
- Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas
- Agrupamento Escolas Virgílio Ferreira

- Cooperativa Horas de Sonho
- Grupo de Empregabilidade de Carnide
- Gabinete De Emprego Apoiado do Programa RedEmprega de Lisboa
- Fundação Calouste Gulbenkian
- Museu Nacional de Arte Contemporânea do Chiado
- Culturgest - Fundação Caixa Geral de Depósitos
- Centro Cultural de Belém

- FNERDM - Federação Nacional de Entidades de Reabilitação de Doentes Mentais
- Familiarmente - Federação Portuguesa das Associações das Famílias de Pessoas com Experiência de Doença Mental
- OPP - Ordem dos Psicólogos Portugueses
- CNIS - Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade
- UDIPSS - União Distrital das IPSS de Lisboa
- Rede DLBC - Associação para o desenvolvimento Local de Base Comunitária de Lisboa
- CLAS - Conselho Local de Ação Social de Lisboa (CLAS-Lx)
- Rede Social de Lisboa - Grupo de trabalho na área Saúde Mental
- IEFP - Instituto de Emprego e Formação Profissional
- Rotary Club Lisboa-Benfica

5. Em 2026, o GAC tem um projeto principal e participará em vários outros projetos deparando-se assim com vários desafios:

a) Criação, implementação e desenvolvimento da Unidade de Intervenção Precoce em Saúde Mental:

A missão da nova Unidade é proporcionar um percurso de recuperação individualizado, através de uma intervenção multidisciplinar e integrada, com o objetivo de dar resposta aos vários problemas de saúde destes jovens e que sejam adequados ao seu enquadramento familiar e social e promover a sua capacitação e autonomia, nos vários quadrantes de vida, no respeito pela sua vontade, preferências, independência e privacidade.

Terá como população-alvo jovens adultos dos 18 aos 35 anos com perturbação mental e/ou com perturbação do desenvolvimento na fase inicial da doença; reduzido ou moderado grau de incapacidade psicossocial e que estejam clinicamente estabilizados.

Objetivos e resultados esperados, são:

- Prevenir e/ou reduzir a frequência e a gravidade da recaída;
- Providenciar psicoeducação ao jovem e à família;
- Reduzir o isolamento social e promover bem-estar entre familiares e cuidadores;
- Desenvolver um plano individual (PI) para o jovem manter a saúde mental;
- Reintegração familiar, social, académica e profissional.

O modelo de intervenção assenta nos princípios do Recovery (Recuperação Pessoal):

- Psicoeducação - doentes e famílias - para reconhecimento de sintomas e sinais iniciais de recaída; para o “insight”, para gestão de fatores de stress, para aumentar a adesão ao tratamento, para o consumo de substâncias.
- Cuidar da saúde física.
- Treino de competências sociais e de atividades de vida diária.
- Terapia ocupacional.
- Reuniões familiares - individuais e/ou de grupo.

b) Parceiros da FNERDM em projetos cofinanciados pelo INR, I.P. 2026:

Projeto Vozes que Contam

Objetivo: contribuir para a inclusão, autonomia e autorrepresentação das Pessoas com Experiência de Doença Mental (PEDM), através da capacitação (liderança e empoderamento), no fortalecimento de redes de autorrepresentação e na mobilização cívica em prol da Vida Independente. Para tal, articula diferentes atividades:

1. **Formação em Capacitação de Liderança e Empoderamento** - Formação com objetivo de dotar as PEDM de competências práticas para participação ativa e representativa, através de conteúdos programáticos e a partilha de experiências entre os participantes, promovendo a aprendizagem colaborativa.
2. **1º Encontro Nacional de PEDM** - Constitui um marco inicial da plataforma de autorrepresentação, reunindo participantes de todo o território nacional e estabelecer redes de colaboração. O encontro será dinamizado exclusivamente para utentes, proporcionando espaço seguro de partilha de experiências e debate coletivo. O objetivo é fortalecer a voz coletiva das PEDM, definir prioridades comuns e lançar as bases de um movimento nacional que promova os seus direitos e a plena cidadania.
3. **Caminhada Cívica e Debate Público** - Evento de mobilização nacional da comunidade para a causa da Vida Independente (Outdoor pela Saúde Mental), incluindo discursos organizados e testemunhos. A ação será aberta e inclusiva, incentivando a participação de cidadãos de todo o território, com o objetivo de dar visibilidade às reivindicações das PEDM, reforçar a sua presença ativa no espaço público e promover a mudança social necessária à construção de uma sociedade mais inclusiva.
4. **Consolidação e Disseminação dos Resultados** - Produção de relatório final, divulgação de conclusões junto de decisores políticos, profissionais e organizações da sociedade civil. Promoção de conteúdos digitais para dar continuidade ao movimento de autorrepresentação.

As atividades propostas articulam-se assim de forma progressiva: da capacitação individual à organização coletiva e, finalmente, à mobilização pública, garantindo que as PEDM são protagonistas da mudança e agentes ativos de transformação social. Neste projeto contamos com os parceiros para discussão de conteúdos das formações e ações desenvolvidas, colaborando na indicação de líderes para participar na formação inicial e incentivo à participação nas diversas ações.

Projeto Empregabilidade com Impacto

Objetivo: promover a inclusão laboral de pessoas com experiência em doença mental (PEDM), criando condições que favoreçam a empregabilidade e valorizem o potencial destes profissionais. Para tal, articula quatro atividades complementares e inovadoras:

1. **Selo de Impacto Positivo** - Distinção com foco exclusivo na empregabilidade de PEDM, atribuída a empresas que adotam práticas inclusivas, reconhecendo publicamente o seu compromisso com a diversidade, igualdade de oportunidades e valorização do trabalho realizado pelas PEDM.
2. **Rede de Empregabilidade Inclusiva** - resposta comunitária e colaborativa, reunindo empresas locais/nacionais e organizações sociais de apoio à integração laboral de PEDM, que partilham boas práticas, informação conjunta e são reconhecidas publicamente.
3. **Podcast “Empregabilidade com Impacto Positivo”** - Canal (audio) de sensibilização que dá voz a PEDM, empresários e técnicos, apresentando experiências reais, histórias de superação e estratégias de inclusão no mercado de trabalho, que visa promover maior compreensão social e disseminar exemplos inspiradores de integração profissional, combatendo estigmas associados.
4. **Programa de Mentoria Inclusiva** - em que PEDM assumem papel ativo, partilhando as suas vivências e co-construindo soluções práticas de integração laboral junto de estudantes universitários (áreas da gestão, economia, recursos humanos), promovendo aprendizagem mútua e empoderamento.

O projeto assume-se como uma intervenção comunitária ao integrar diferentes setores: empresarial, académico, social. A combinação de reconhecimento público (selo), criação de rede, sensibilização (podcast) e capacitação (mentoria) permitirá gerar um impacto positivo direto na inclusão laboral e promover a mudança cultural necessária para que o mercado de trabalho português reconheça o valor, as competências e o potencial das PEDM.

Neste projeto contamos com os parceiros para discussão de conteúdos das formações e ações desenvolvidas, indicação de empresas locais/nacionais e organizações sociais para atribuição do Selo de Impacto Positivo e a participação no Podcast “Empregabilidade com Impacto Positivo”.

c) Projeto na área das Artes com a Fundação Calouste Gulbenkian

Durante o ano de 2026, os utentes do GAC irão integrar e participar diversas atividades e workshops culturais e artísticos desenvolvidos por técnicos da Gulbenkian. Estas atividades artísticas revelam-se muito preponderantes na recuperação e inclusão psicossocial dos utentes.

d) Projeto na área das Artes com a Culturgest

Durante o ano de 2026, os utentes do GAC visitarão diversas exposições de arte na Culturgest, visitas estas orientadas por um técnico da Culturgest. Também ao longo de 2026 assistirão a espetáculos de Teatro, Dança e Música.

e) Edição Prémios da Saúde Mental - Mind Up

Em 2026, o GAC irá concorrer uma vez mais aos da Saúde Mental - Mind Up, apresentando trabalhos de artes visuais e artes literárias. Este concurso tem como objetivo reduzir o estigma associado à doença mental e distinguir trabalhos artísticos realizados por pessoas com experiência de doença mental.

f) Projeto PULSAR

Daremos continuidade à dinamização de diversas atividades em conjunto com a comunidade do Bº Horta Nova, inseridas no Programa PULSAR. Em 2026, pretende-se dar continuidade a este projeto de forma a minimizar as necessidades sentidas de cada lote.

g) Projeto “Carnide+ feliz”, Junta de Freguesia de Carnide com a Universidade Católica Portuguesa

Dinamizaremos diversas atividades em conjunto com a comunidade de Carnide, com as associações, empresas e entidades locais inseridas no Grupo de Ação Social e Saúde da Junta de Freguesia de Carnide em parceria com a Universidade Católica Portuguesa. Desta forma foram criados cinco subgrupos: Infância e Juventude; Famílias; Empregabilidade; Saúde/Pessoas idosas. O GAC encontra-se inserido neste último

subgrupo e no decorrer do ano 2026 daremos continuidade ao curso sobre “conversas sobre saúde e bem estar” que tem como objetivo fornecer informação sobre variadíssimas temáticas desde apoios sociais, cuidador informal, regime do maior acompanhado, temas mais ligados à saúde como a medicação, entre outros assuntos relevantes a levar à população de Carnide por elementos representantes das entidades parceiras, tais como assistentes sociais, psicólogos, enfermeiros.

h) Programa de responsabilidade social comunitário de Carnide

A Junta de Freguesia de Carnide dinamiza, desde 2018, um programa de Responsabilidade Social Comunitária que pretende implementar no território uma prática de cooperação entre os sectores público, empresarial e de economia social e solidária, fundamentado na partilha de saberes, competências e recursos, em prol do desenvolvimento humano e local integrado e sustentado. Neste âmbito, foi criada, uma rede de responsabilidade social comunitária que reúne empresas, ONG´s e serviços públicos. Esta plataforma integra um processo de candidatura, onde, por um lado, as ONG´s colocam as suas necessidades para receberem apoios das empresas parceiras e, por outro lado, o tecido empresarial seleciona o tipo de apoio que pode vir a prestar.

i) BIPZIP - Projeto Geração Digit@, onde o GAC é parceiro formal das Horas de Sonho, tem como objetivos:

1. Promover a empregabilidade e reduzir os níveis de desemprego/desocupação de jovens e adultos de Carnide
2. Dar continuidade ao trabalho comunitário na área da empregabilidade no âmbito do GEC (Grupo de Empregabilidade de Carnide), como resposta às necessidades da comunidade, identificadas e sinalizadas via Grupos Comunitários, reforçando a sua capacidade de operacionalização. Gera-se impacto contínuo e mais eficaz no território (uma vez que o GEC não tem corpo técnico permanente), complementando a intervenção já realizada, via parceiros.
3. Face aos desafios emergentes na sociedade atual (provocados por mudanças rápidas e profundas, induzidas pela revolução tecnológica e pela globalização), e os níveis de desemprego/desocupação desta comunidade, nomeadamente, de jovens.
4. Autonomização da pesquisa de emprego/aproveitando ferramentas digitais de acesso ao emprego criadas no âmbito do GEC; "digitalizar" o GEC, para reforçar

o seu posicionamento nos media digital, chegando a novos públicos e criando oportunidades de interação mais ajustadas à realidade da Geração Z, e preparando-o para a Geração Alpha.

j) **Projeto Redes de Autonomia - Projeto da GIRA, IPSS com o apoio do BPI Capacitar - Fundação "la Caixa":**

Este projeto visa promover a autonomia de indivíduos com doença mental, através de uma abordagem abrangente que inclui o desenvolvimento de uma plataforma digital para mapear necessidades e recursos na comunidade, bem como a realização de sessões de sensibilização para promover a literacia em saúde mental e combater estigmas associados.

6. Grupo de Famílias do GAC

A missão do Grupo de Famílias do GAC, que funciona com autonomia própria, é de prestar apoio aos familiares e cuidadores de pessoas com experiência de doença mental.

Em anos anteriores foram realizadas duas reuniões presenciais, que abordaram temas como Regime do Maior Acompanhado e as Prestações Sociais da Segurança Social, tais como a Prestação Social para a Inclusão, o Rendimento Social de Inserção, a Pensão de Sobrevivência e, por fim, abordou-se a forma como se processa para a aquisição do Atestado Médico de Incapacidade Multiuso, pois é um documento essencial na vida das pessoas com doença mental para obterem benefícios sociais, fiscais, entre outros.

O balanço final das reuniões foi bastante positivo, no sentido em que estiveram muitas famílias nas reuniões muito participativas e com muita vontade em que houvesse mais encontros deste género, pois é um espaço onde podem aprender, desabafar, ser ouvidas, partilhar também dos seus conhecimentos com outras pessoas. São encontros muito ricos a todos os níveis.

O objetivo para 2026 é a realização das quatro reuniões previstas, dando continuidade às reuniões temáticas e realizar lanches de convívio e conversa entre famílias.

Fórum Socio Ocupacional - FSO

Em 2026, o Fórum Sócio Ocupacional promoverá competências sociais, relacionais e/ou profissionais que contribuam para o processo de recuperação psicossocial de cada utente, privilegiando o seu bem-estar físico e psicológico, a sua autonomia e a sua integração social e/ou profissional. Através do envolvimento da comunidade e das famílias, procuramos criar contextos que permitam aos utentes desenvolverem uma nova identidade mais positiva, mais realista e mais adaptada ao meio envolvente. Conforme previsto no Despacho Conjunto n.º 407/98, Diário da República, II Série, n.º 138, de 18 de julho de 1998, e no Decreto-Lei n.º 8/2010, de 28 de janeiro.

Equipa Técnica

O Fórum Sócio Ocupacional manterá em 2026 a equipa técnica, constituída por três Psicólogas e duas Técnicas Superiores de Serviço Social. Prevê-se a contratação de serviços de Terapia Ocupacional com o objetivo de ampliar a nossa gama de cuidados que disponibilizamos aos utentes.

A Diretora Executiva do GAC fará a ponte entre a Equipa Técnica do Fórum e a Direção do GAC, para além de efetuar a gestão de múltiplos aspetos da organização do Fórum.

Dando continuidade à nossa política de estágios neste próximo ano vamos conceder no Fórum estágios a alunos provenientes das instituições de ensino com que temos protocolos: ISPA, Universidade Católica Portuguesa, ISCTE e Universidade Europeia. Teremos também uma Psicóloga a realizar o Ano Profissional Júnior da Ordem dos Psicólogos Portugueses e Estágio Profissional +Talento do IEFP. A orientação e a supervisão dos estágios são asseguradas pelas técnicas do GAC.

O FSO continuará a dispor de quatro monitores nas áreas de Teatro, Música, Artes Plásticas, Desporto.

Capacidade

O Fórum Sócio Ocupacional do GAC tem acordo com a Segurança Social para trinta utentes.

O FSO tem por objetivo geral promover a Reabilitação Psicossocial e a Reintegração Socioprofissional de pessoas com experiência de doença mental e dar apoio às suas famílias.

Para atingir os objetivos, no ano de 2026 realizaremos diversas atividades nas seguintes áreas:

- Área Cultural, Desporto e Artística;
- Área de Competências Sociais e Pessoais;
- Área de Atividades Socialmente úteis;
- Área de Emprego e Formação Profissional;
- Área Clínica e Psicossocial;

As atividades desenvolvidas no Fórum procuram facilitar o processo de recuperação psicossocial e promover a melhoria da qualidade de vida dos utentes.

De forma, a que em 2026 o Fórum receba regularmente candidatos daremos continuidade à sua divulgação junto dos nossos parceiros e outras instituições.

Área Cultural, Desporto e Artística

As atividades Culturais, Desportivas e Artísticas pretendem incutir o desenvolvimento pessoal dos utentes, estimulando a expressão e comunicação de ideias e emoções, promovendo em cada sujeito um sentido de subjetividade e autenticidade. Têm também o objetivo de ativar o universo cultural de cada utente, bem como a consciência corporal e em simultâneo permitir a criação de vínculos facilitadores de uma boa integração social. Acreditamos que as atividades culturais, desportivas e artísticas promovem o empoderamento e a autoestima dos utentes, bem como o desenvolvimento da capacidade de ocupar os tempos livres de uma forma saudável e construtiva.

Em 2026 continuaremos com duas atividades de **Visitas Culturais** por mês, como forma de inculcar hábitos e interesses artísticos, culturais e estimular a sensibilidade artística dos utentes. As Visitas Culturais promovem as atividades em grupo, trabalhando as competências sociais e inserção social.

Cada visita será orientada por um técnico do Museu, que conduz a visita, estimulando uma participação ativa dos Utes, convidando-os a expressarem as suas ideias e emoções face às obras de arte. Planeia-se dar continuidade à relação próxima e regular com a Fundação Calouste Gulbenkian, onde planeamos realizar mais de 6 visitas, entre exposições, workshops e oficinas, assim como, dar continuidade a relação com a Culturgest que para além de possibilitar o acesso a visitas guiadas a exposições também permite a assistência de espetáculos de música, teatro e dança.

A **Newsletter do GAC** pretende desenvolver no grupo um espírito de equipa e de partilha de perspetivas dos diferentes acontecimentos que são escolhidos para entrarem no jornal do GAC. Para além da descrição dos eventos que acontecem tal como espetáculos, visitas, testemunhos de pessoas, entre outros tópicos, também se constroem jogos levando os utentes a uma maior concentração e foco para a realização dos mesmos desenvolvendo assim o pensamento lógico.

São sessões onde acontece muita partilha e diálogo entre todos o que leva a uma maior união e identificação entre o grupo e uma parceria para a realização do trabalho com a distribuição de tarefas entre todos de acordo com as capacidades e gostos de cada um.

O **Cinema** continuará em funcionamento quer com a visualização de filmes nas instalações do GAC, quer com ida ao cinema no exterior. O Cinema será uma atividade de frequência semanal que visará abordar vários assuntos da vida pessoal e social através do visionamento de filmes, respetiva análise e debate. A atividade decorre com filmes propostos pelos técnicos do GAC ou com filmes que os Utes sugeriram que sejam pertinentes. As problemáticas em exposição serão clarificadas e exploradas em debate no final do visionamento do Filme. Esta atividade permite a discussão de temas relevantes e a partilha de gostos, preferências e opiniões. É uma atividade que trabalha ao nível da estimulação cognitiva na área da atenção (seguimento e compreensão do enredo do filme) e memória.

Assim, as atividades Culturais, Desportivas e Artísticas que teremos em 2026 serão: **Música, Teatro, Artes Plásticas, Newsletter do GAC, Visitas Culturais, Cinema,**

Origami, Artes Decorativas, Newsletter do GAC, Desporto, Corfebol, Caminhadas e Jogatina.

A atividade da **caminhada** será continuada em 2026, será uma atividade desportiva como baixo custo, poderá ser realizada em qualquer lugar, além de que todos os Utentes podem praticá-la, exceto quando apresentam limitações físicas. A atividade tem como objetivo promover a prática de hábitos de vida saudáveis; o treino de autonomia e o bem-estar psicossocial; melhorar o condicionamento físico, fortalecer os músculos, reduzir a pressão sanguínea e trabalhar a função cardiovascular; diminuir os sintomas de ansiedade e depressão e reduzir o isolamento social.

Área de Competências Pessoais e Sociais

As atividades de Competências Pessoais e Sociais são atividades que procuram estimular, nos utentes capacidades relacionais, estratégias de gestão de emoções e expectativas, e diferentes formas de lidar com a frustração, *stress* e conflitos. São atividades que visam apoiar os utentes a integrar a experiência de doença mental na sua identidade pessoal.

Em 2026, as atividades de Competências Pessoais e Sociais serão: Grupo Terapêutico, Grupo de Ajuda-Mútua, Grupo de Preparação da Semana, Treino de Competências Sociais, Horta Nova Inclusiva, Estimulação Cognitiva, Reconectar, Educar para a Saúde, Dinâmicas de Grupo, Relaxamento e Mindfulness, Cantinho de Pensar os Pensamentos, Grupo Arte-Terapia, Treino de Atividades de Vida Diária, Viver em Movimento, Eu no Grupo e Mentes que Questionam.

Para o ano de 2026, a atividade de **Cantinho de Pensar os pensamentos** decorrerá com temas propostos pelos utentes no decorrer da atividade. Será incentivado o debate para assim os Utentes pensarem e verbalizar sobre o tema, poderão ser dadas algumas explicações sobre as temáticas em causa caso surja essa necessidade. O objetivo é que o técnico faça com que os Utentes manifestem os seus pensamentos e sentimentos, intervindo só no estritamente necessário de forma a organizar pensamentos e a potenciar competências de verbalização e expressão de sentimentos e de escuta ativa.

Serão também planeadas sessões de **educação para a saúde** que poderão ser através da participação dos Utentes em sessões públicas promovidas por outras entidades

prestadoras/promotoras de cuidados de saúde que não o GAC e/ou sessões promovidas nas instalações do GAC pelos seus técnicos.

Com os objetivos de desenvolver competências de promoção da saúde promovendo a prática de hábitos e comportamentos saudáveis; treino de autonomia da terapêutica para o bem-estar psicossocial; difundir a prática de rastreios e diagnósticos rápidos e de desenvolver cuidados com a higiene pessoal, a higiene doméstica, a higiene institucional e a alimentação, entre outros temas.

Eu no grupo, visa dar continuidade ao Projeto Assertivamente que decorreu entre setembro de 2024 e julho de 2025. Irá trabalhar competências de interação social com maior ênfase, particularmente no que diz respeito à empatia, cooperação e participação ativa em contextos de grupo. Esta atividade pretende promover o desenvolvimento competências e dar ênfase à necessidade de integração social e bem-estar emocional.

Outra atividade será **Mentes que questionam** tem como objetivo promover o acesso à cultura como um direito fundamental, ampliar o conhecimento sobre diferentes dimensões culturais, sociais e informativas. Integra a leitura e interpretação de conteúdos culturais (textos, notícias, imagens, pequenas histórias ou cartazes), incentiva o contacto com a informação como ferramenta de autonomia, participação social e tomada de decisão. Visa trabalhar competências de compreensão escrita, pensamento crítico, comunicação, consciência social e responsabilidade comunitária, fortalecendo a capacidade para compreender o país, o mundo e o seu lugar neles. Serão explorados temas culturais e também questões relevantes da atualidade, tanto a nível nacional como internacional. Objetiva promover a curiosidade, o debate saudável e a reflexão sobre o mundo em que vivemos, incluindo desafios sociais, ambientais, económicos e humanitários.

Iremos continuar com o **Treino de Competências Pessoais e Sociais** que será desenvolvido semanalmente procurando estimular nas utentes capacidades relacionais que permitam melhorar a capacidade de comunicação, de resolução de conflitos interpessoais e de construção de novas relações, promover a autoestima dos Utentes, fomentar estratégias de gestão de emoções e expectativas e diferentes formas de lidar com a frustração, stress e conflitos. Com o objetivo de potenciar o desenvolvimento de competências que permitam aos Utentes manter interações sociais satisfatórias no seu ambiente social real.

Para o ano de 2026, manter-se-á a atividade de **Culinária como treino de Atividades de Vida Diária** com a confeção de almoços, lanches esporádicos e com a confeção de bolos de aniversário (aquando dos aniversários de utentes). Pretende-se que esta atividade possa contribuir para o desenvolvimento de competências de planeamento, compra e confeção dos alimentos a serem consumidos. Assim como, preparação das mesas de refeições, acondicionamento dos alimentos de sobra em lugar adequado e por último, limpeza e arrumo dos espaços do FSO. Estas atividades pretendem trabalhar competências ao nível da organização e realização de tarefas, potenciando uma cada vez maior autonomia face às mesmas.

Todas as situações que enfrentamos na vida diária, exigem diferentes respostas cognitivas desta forma, pretende-se trabalhar **as competências cognitivas** de forma a treinar a nível comportamental a assertividade e melhorar o funcionamento cognitivo geral, (memória, linguagem, atenção, concentração, raciocínio, perceção de abstração...) necessários para o desenvolvimento bem-sucedido das Atividades de Vida Diária e de Vida. A atividade de Estimulação Cognitiva será dada semanalmente.

A atividade de **movimento e relaxamento** recorrerá semanalmente com a prática inicial de caminhadas e/ou exercícios de aquecimento seguido de exercícios respiratórios que serão realizados, entre um exercício e outro; alongamentos; exercícios para melhorar o equilíbrio e coordenação; exercício para treinar a agilidade; exercício para melhorar a força muscular e por fim será efetuado um Relaxamento. A técnica de Relaxamento a utilizar é a de Relaxamento Progressivo Jacobson, depois de se conseguir um bom relaxamento muscular é importante que os Utentes fiquem calmos e descontraídos sob o ponto de vista psicológico. Neste momento introduzimos uma “Imagem de paz”.

Este ano, iniciaremos a atividade de **Atenção Plena (Mindfulness)**. Serão realizados exercícios de meditação breves, testados clinicamente. Um dos manuais a ser utilizado como biografia será o livro de Mark Williams que apresenta um programa de oito semanas desenhado para combater a depressão, o ciclo de ansiedade e stress. Os exercícios serão destinados a aumentar a atenção plena (mindfulness), ou seja, ajudar a perceber os pensamentos e os efeitos que os pensamentos têm no próprio bem-estar. Esta atividade contribuirá para a melhoria da concentração, foco e inteligência emocional.

O Reconectar é uma atividade onde cada sessão é uma viagem ao interior de cada um. Levando a que cada um pense e sinta a sua vida consoante a temática que é tratada

em cada sessão. Trabalha bastante o pensamento e a expressão das emoções, assim como o conhecimento de cada um. Envolve o movimento do corpo através da dança livre ao ritmo de uma determinada música. Envolve algum conteúdo teórico para que na meditação guiada seja perceptível os diferentes conteúdos e palavras-chave que cada meditação traz. Trabalha a partilha em grupo dos sentimentos e emoções que cada um vivenciou ao longo da sessão. Por fim ao longo das sessões também se debate alguns temas que sejam trazidos pelos utentes e posteriormente em conjunto são trazidas perspetivas e soluções para determinadas situações que possam acontecer no dia-a-dia, sobretudo para termos uma vida mais feliz.

O **Viver em Movimento** é uma atividade de movimento corporal é adaptada para pessoas com 55 anos ou mais e tem como foco a promoção do bem-estar físico e emocional. Durante a sessão, serão realizados exercícios leves de alongamento, mobilidade articular e coordenação motora, respeitando os limites individuais. A sessão inclui momentos de acolhimento e preparação, alongamentos suaves, exercícios de mobilidade articular, atividades de coordenação motora e movimentos rítmicos, além de técnicas de respiração e relaxamento ao som de música tranquila. No final, haverá um momento de socialização, no qual os participantes poderão partilhar as suas sensações e receber incentivo para dar continuidade à prática como forma de autocuidado. O objetivo da atividade é melhorar o humor, a autoestima e a qualidade de vida por meio do movimento.

A **Horta Inclusiva** pretende ser um espaço de convívio com a natureza e com as pessoas que fazem parte da atividade como também dos vizinhos hortelões que tantas vezes ajudam com sugestões, plantas e sementes. É uma atividade que permite aos utentes o contacto com a terra em primeira mão criando um campo de energia onde percebem os tempos da natureza e como eles também tem os seus tempos que devem ser respeitados. O trabalho passa por cavar a terra, regar, semear, plantar, apanhar ervas daninha, cuidar das plantas em crescimento e muito mais. O trabalho é feito com calma, tranquilidade e conversa. Surge também muita curiosidade com as diversas plantas que vão aparecendo sem as termos plantado e com os diferentes animais que vão aparecendo. Cria-se um ambiente muito bom onde todos em conjunto trabalham para o crescimento da horta através das funções específicas de cada um. Estar uma manhã na horta é meio caminho andando para que o resto do dia corra bem.

A **atividade de origami** proporciona o desenvolvimento da motricidade fina, da atenção e do raciocínio lógico. É uma atividade onde todos em conjunto trabalham para a construção da sua peça de origami individual, mas comum a todos. Implica

também que o grupo trabalhe a gestão da frustração e da paciência. Por vezes são figuras complicadas que exigem muita atenção e foco levando a que alguns tenham mais dificuldade surgindo assim diferentes níveis de velocidade e empenho de cada um. Surge então a necessidade de os colegas mais rápidos terem de esperar pelos que estão mais atrasados. Nesta dinâmica o que acontece é que, por vontade própria de cada um, começam-se a ajudar uns aos outros criando assim um grupo unido e de cooperação.

Área de Atividades Socialmente Úteis

Em 2026 o Voluntariado continuará a ser uma área ativa no Fórum Sócio Ocupacional. Daremos assim continuidade ao voluntariado dos utentes do Fórum na Instituição Horas de Sonho - Projeto Trokaki. O voluntariado pode ser uma eficaz ferramenta de Reabilitação Psicossocial de pessoas com experiência de doença mental, estimulando capacidades de responsabilidade e iniciativa, competências relacionais, cumprimento de regras e gestão de tarefas.

Vamos ter este ano, dando continuidade ao trabalho iniciado em 2025, Workshops Impressão 3D, estes Workshops de impressão 3D desenho 3D de personagens ou outro tema à escolha dos utentes, ensina Técnicas essenciais de modelação 3D. Os utentes aprenderão a transformar seus esboços a lápis em modelos 3D prontos para impressão, desenvolvimento de habilidades criativas e técnicas ao longo do processo.

Área de Emprego e Formação Profissional

A Formação Profissional e o Emprego Apoiado assumem-se como instrumentos de Reabilitação Psicossocial e de Recuperação Pessoal, promovendo a estruturação de um projeto de vida pleno. Ao longo do ano de 2026, o GAC continuará a investir na área do emprego e da formação profissional com o objetivo de capacitar para o emprego os utentes que o desejem, promover a autoestima e autorrealização pessoal e promover a autonomia e inclusão social. Assim sendo, o GAC continuará a encaminhar utentes que estejam motivados para Programas de Formação Profissional e/ou Emprego.

Ao nível da Formação Profissional, continuaremos a encaminhar os utentes para Formações ao nível das Soft Skills e das Hard Skills.

Relativamente a área da Empregabilidade, o GAC continuará a trabalhar com as entidades parceiras, das quais salientamos o trabalho realizado no Grupo de Empregabilidade de Carnide (GEC) e com a Redemprega Lisboa. Continuaremos a trabalhar em conjunto com as entidades que constituem o Grupo de Empregabilidade de Carnide (GEC) para a organização de projetos que promovam a empregabilidade como as Feiras de Empregabilidade e projetos que capacitem as pessoas para a empregabilidade como por exemplo cursos de formação á medida para as especificidades da população.

Em relação ao trabalho desenvolvido a nível do Emprego Apoiado, este continuará a ser efetuado pelo técnico do GAC em parceria com a Redemprega Lisboa. O GAC dispõe de um técnico que trabalha o perfil profissional com o Utente, após esse trabalho estar concluído o Utente é encaminhado para um técnico de prospeção da Redemprega que poderá efetuar a candidatura do Utente às ofertas de emprego em geral ou as ofertas de emprego disponibilizadas pela Redemprega Lisboa. O apoio e assessoria no processo de inserção do Utente na empresa e posterior acompanhamento será de 6 meses por parte do técnico do GAC devido ao facto do GAC não dispor de uma valência que assegure este acompanhamento. Caso o Utente esteja também acompanhado pelos técnicos da Redemprega o acompanhamento é contínuo.

Área Clínica e Psicossocial

A área clínica e psicossocial inclui os acompanhamentos que os técnicos fazem aos utentes, as intervenções e acompanhamentos ao nível do serviço social, bem como todas as atividades com as suas famílias, para além das atividades regulares de supervisão.

a) Acompanhamento Psicossocial dos Utentes

Criar com cada utente um novo projeto de vida, que contemple a participação do utente em diversas atividades do Fórum, incluindo a integração em Projetos de Formação Profissional e Emprego Apoiado.

Cada utente do Fórum é acompanhado(a) individualmente por um(a) técnico(a) de referência, que cria com ele(a) um Projeto Individual de Intervenção - PII. O PII é um instrumento que determina as áreas problemáticas que o utente deseja transformar,

bem como as atividades que o(a) utente frequenta. É elaborado em conjunto por técnicos de referência e utentes tendo em conta as necessidades e motivações dos utentes. O técnico de referência realiza com o utente duas avaliações do PII: uma avaliação passado 6 meses e outra passado 1 ano.

É exigido aos utentes um compromisso com o seu Projeto Individual de Intervenção, exigência esta que pretende garantir a adesão ao processo terapêutico e de recuperação psicossocial, o que não significa que não se tenha em conta as circunstâncias de cada utente. Temos assim uma atitude de flexibilidade e tolerância face ao cumprimento do Projeto Individual de Intervenção.

O técnico de referência faz regularmente atendimentos individuais aos utentes que acompanha, com o objetivo de dar um suporte ao utente e avaliar o seu projeto de recuperação. Espera-se que estes atendimentos bem como todo o acompanhamento possa ser uma experiência transformadora e terapêutica, tanto para o utente como para o técnico.

Paralelamente, são feitos dois Registos Semestrais, que permitem uma avaliação frequente da situação do utente no Fórum ao longo do ano.

b) Atividades com as Famílias

Para que as intervenções do Fórum promovam a reabilitação psicossocial dos utentes, é necessário envolver os familiares dos utentes nos processos de reabilitação. Será assim importante acolher as famílias quando estão em sofrimento e manter um diálogo regular. Em 2026, planeamos realizar visitas domiciliárias e promover encontros com as famílias quando sentimos que é adequado e desejável.

Unidade de Vida Protegida - UPRO

A Unidade de Vida Protegida (UPRO) constitui uma resposta social especializada de apoio habitacional e reabilitação psicossocial, destinada a adultos com perturbação mental crónica, clinicamente estabilizados, mas que se encontram em situação de vulnerabilidade psicossocial e sem condições adequadas de suporte habitacional.

A UPRO visa proporcionar condições de vida dignas, promover a autonomia e garantir que os residentes participem ativamente no seu processo de reabilitação psicossocial e integração comunitária, conforme previsto no Despacho Conjunto n.º 407/98, Diário da República, II Série, n.º 138, de 18 de julho de 1998, e no Decreto-Lei n.º 8/2010, de 28 de janeiro.

Equipa Técnica da UPRO

A UPRO dispõe de uma equipa técnica multidisciplinar composta por:

- Diretora Técnica e Técnica de Serviço Social (tempo parcial)
- Psicóloga (tempo parcial)
- Três Técnicas Auxiliares
- Apoio transversal da Diretora Executiva e da equipa do Fórum Sócio-Ocupacional (FSO)

A valência conta ainda com a colaboração de estagiários das áreas de Psicologia e Serviço Social, com orientação e a supervisão técnica da Diretora Técnica e da Psicóloga afetas à valência.

Capacidade

A Unidade de Vida Protegida tem acordo com a Segurança Social para quatro utentes.

Objetivos da Unidade de Vida protegida

Objetivos Gerais:

- Garantir apoio residencial em ambiente seguro, protegido e reabilitador;
- Promover a autonomia pessoal e social;
- Fomentar a integração na comunidade e evitar processos de institucionalização;
- Contribuir para a estabilização psicoemocional dos residentes.

Objetivos Específicos:

- Assegurar condições de vida dignas e potenciar a participação ativa nas tarefas diárias;
- Elaborar, implementar e monitorizar o Projeto Individual de Intervenção (PII) de cada utente;
- Fomentar hábitos de vida saudáveis, competências sociais e domésticas;
- Promover a adesão ao plano terapêutico e apoiar na gestão da sintomatologia;
- Apoiar e informar as famílias, promovendo uma relação de proximidade com a UPRO;
- Sensibilizar a comunidade para a problemática da saúde mental;
- Capacitar os utentes para integração futura em respostas habitacionais mais autónomas.

Atividades Desenvolvidas na UPRO

As atividades propostas na UPRO terão como propósito contribuir para o sentimento de pertença à estrutura residencial, unificar a equipa e os utentes, promover o bem-estar pessoal e potenciar o gosto de viver/estar em comunidade. É também uma prioridade que todas as atividades desenvolvidas na UPRO tenham um efeito terapêutico e que, portanto, contribuam para a recuperação pessoal de cada um dos utentes residentes.

Assim sendo, o rol de atividades propostas será orientado pela equipa técnica da UPRO, num ambiente familiar e, sobretudo, de partilha.

As atividades da UPRO têm caráter terapêutico, reabilitativo e sociocomunitário, orientando-se para o reforço da autonomia, estabilidade emocional, convivência e participação ativa dos residentes.

Relativamente à integração profissional/oportunidades de trabalho e à autonomia financeira, verifica-se que um dos quatro utentes está mais motivado nesta vertente, enquanto os outros três não se encontram tão capacitados para possível integração profissional e por esta razão estão menos motivados para estes aspetos integrativos. Desta forma, a ocupação mais adequada é o Fórum Sócio Ocupacional.

Durante o ano de 2025 observou-se uma aproximação significativa das famílias à UPRO, especialmente no caso dos utentes de maior antiguidade, dinâmica que se pretende consolidar em 2026.

No ano de 2026 pretende manter-se-ão as reuniões mensais da equipa técnica, de modo a trabalhar as necessidades identificadas no decorrer do mês, bem como assinalar os pontos que favoreçam o bem-estar dos utentes e a harmonia na resposta habitacional.

Com o objetivo de concretizar os pressupostos da Unidade de Vida Protegida, iremos implementar e desenvolver diversas atividades de intervenção, divididas em: Atividades de Vida Diária, Atividades de Educação para a Saúde, Atividades de Cultura e de Lazer e Atividades Sociais/Comunitárias.

No ano de 2026 vamos dar continuidade ao projeto iniciado em 2025, que visa um processo formativo com o objetivo de desenvolver competências comunicacionais e relacionais para intervenção terapêutica, formar para a atuação em situações de emergência e capacitar para o uso adequado dos equipamentos de segurança e prevenção de incêndios. Pretende-se, com isto, reforçar a qualidade e segurança do acompanhamento prestado.

Serão realizadas também atividades dirigidas aos utentes, que visam o treino de: comportamentos adequados em situações de emergência, rotinas saudáveis de higiene pessoal e doméstica e estratégias de gestão emocional e autocontrolo. O acompanhamento individual constitui um eixo fundamental na gestão de conflitos, redução da ansiedade e promoção da estabilidade emocional dos residentes.

O acompanhamento em grupo, realizado semanalmente, vai permitir, organizar tarefas e rotinas domésticas, planejar fins-de-semana, feriados e férias, preparar celebrações e proporcionar espaço de expressão, debate e resolução conjunta de problemas.

Acompanhamento dos Utentes

Ao nível do acompanhamento individual, este tem um papel importante na gestão de conflitos e na minimização de ansiedade, em prol da estabilidade individual dos utentes, mas também do bom funcionamento da UPRO.

Também é feito um acompanhamento em grupo através de reuniões semanais que têm um papel fundamental na gestão de conflitos, na organização e ajustamento de tarefas, planeamento dos fins-de-semana/feriados e dias de férias, planificação de datas comemorativas (Páscoa, Natal, entre outros), e onde é dada oportunidade aos utentes de se expressarem e darem as suas opiniões sobre qualquer tema que se ache pertinente abordar no contexto da reunião de grupo.

Atividades de Vida Diária

Pretendemos através destas promover a autonomia, pelo treino de competências pessoais e sociais, e fomentar o *Empowerment*. As atividades incluem:

- Tratamento de roupa;
- Limpeza de W.C. e espaços comuns;
- Lavar, arrumar e higienizar loiça e cozinha;
- Arrumação dos quartos;
- Apoio à confeção das refeições (escala rotativa).

Estas tarefas são distribuídas semanalmente através de uma grelha de responsabilidades que assegura participação equitativa.

Atividades de Educação para a Saúde

Caracterizam-se por um conjunto estruturado de ações de Educação para a Saúde, dadas com o objetivo de consolidar hábitos saudáveis e competências de autocuidado.

Temas prioritários para 2026:

- Higiene pessoal;
- Higiene e qualidade do sono;
- Higienização da habitação e tratamento da roupa;
- Gestão da medicação.

Atividades de Cultura e de Lazer

Pretendemos com estas promover bem-estar, criatividade, socialização e inclusão cultural. Desta forma, em 2026 pretendemos começar a criar mais momentos de cultura e lazer, através de dinâmicas como a jogatina (dominó, jogos de tabuleiro, cartas, entre outros) e, também, proporcionar passeios culturais a museus durante os fins-de-semana/feriados.

Atividades Sociais /Comunitárias

Pretendemos reforçar a integração social, participação cívica e sentido de pertença. No âmbito destas atividades, prevê-se:

- A celebração de dias temáticos (Dia da Família, Dia do Amigo, Dia do Verão, aniversários);
- Participação em iniciativas da comunidade;
- Dinâmicas que reforcem redes de apoio e autonomia social.

A UPRO continuará, em 2026, a desenvolver um trabalho centrado na pessoa, promovendo autonomia, dignidade, participação social e qualidade de vida, garantindo a continuidade e melhoria dos serviços prestados, em articulação com as famílias, a comunidade e os recursos institucionais do GAC.

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
Promover a melhoria contínua e a qualidade de serviços prestados	Melhorar as instalações e os espaços	Realização de obras, reparações e manutenções	Nº de obras realizadas Nº de reparações realizadas	• Pintura sala polivalente e sala de atividades • Reabilitação e arrumação sala UIP (Nova sala lote A15) • Reabilitação e obras da sala da Direção	Direção e Diretora Executiva
		Pedidos de apoio financeiro e/ou donativos para melhoria das instalações	Nº de candidaturas a apoio financeiro realizadas Nº de donativos Nº de candidaturas aprovadas Nº de donativos recebidos	• Melhoria da cozinha do FSO • Reabilitação e implementação da Unidade de Intervenção Precoce	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Aquisição de equipamentos, mobiliário e materiais de desgaste	Nº de equipamentos adquiridos Nº de mobiliário adquirido Inventários vários	• Aquisição de equipamento eletrónico para nova unidade • Aquisição de equipamento para mobilar a nova unidade • Renovação equipamentos do refeitório	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais

Promover a melhoria contínua e a qualidade de serviços prestados	Melhorar o tratamento da avaliação dos serviços e dos colaboradores	Implementação de um sistema de avaliação da satisfação e qualidade das partes interessadas	Nº de questionários enviados para utentes e respostas recebidas Nº de questionários enviados para colaboradores e respostas recebidas Nº de questionários enviados para fornecedores e respostas recebidas	• Respostas de 30 utentes do FSO • Respostas dos 4 utentes de UPRO • Pelo menos 5 respostas de fornecedores • Respostas dos 10 colaboradores • Respostas dos 4 monitores	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Execução e avaliação de Sistema de reclamações	Nº de reclamações recebidas Nº de reclamações tratadas	• Dar resposta a todas as reclamações	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Execução e avaliação de Sistema sugestões	Nº de sugestões recebidas	• Implementar pelo menos 30% das Sugestões	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das respostas Sociais
		Construir sistema de avaliação de desempenho	Nº de questionários Nº de entrevistas Nº de reuniões realizadas	• Ter um Plano de avaliação de desempenho	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
Promover a qualificação e eficiência dos recursos humanos	Fomentar a coesão de equipa	Realização mensal de sessões de Supervisão	Nº de sessões realizadas	• Realizar pelo menos 8 sessões	Direção e Diretora Executiva
		Realização de encontros de Equipa / Teambuilding	Nº de encontros realizados	• Realizar 1 sessão de equipa • Realizar 1 encontro/ almoço ou jantar	Direção e Diretora Executiva
	Promover a autonomia da equipa	Realização de Reuniões com Direção Executiva	Nº de reuniões	• Realizar reuniões quinzenais/ realizar pelo menos 80% das reuniões	Diretora Executiva e Equipa Técnica
		Realização de Reuniões de Equipa Técnica	Nº de reuniões do FSO Nº de reuniões da UPRO	• Realizar reuniões semanais/ realizar pelo menos 80% das reuniões • Realizar reuniões mensais/ realizar pelo menos 80% das reuniões	Diretores Técnicos e Equipas Técnicas
		Participação de Reuniões com parceiros e outras Organizações	Nº de reuniões assistidas por técnico	• Participar em pelo menos 80% das reuniões	Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Elaboração e implementação de Planos semanais	Nº de atividades realizadas Nº de Planos elaborados e implementados	• Realizar um plano por semana e implementar os mesmos	Diretores Técnicos das Respostas Sociais

Promover a qualificação e eficiência dos recursos humanos	Promover a realização de estágios académicos, profissionais e voluntariado	Realização de contatos com as Faculdades, Politécnicos e Escolas Superiores	Nº de contatos/ pedidos recebidos	• Receber no máximo 4 Estagiários das diferentes áreas • Dar resposta a todos os contatos recebidos	Diretor Técnico do FSO
		Articulação com Orientadores e entidades	Nº de reuniões realizadas por estagiário	• Reunir com todos os orientadores dos estagiários	Técnico Orientador
		Acolhimento dos estagiários e realização dos Estágios	Nº de estágios aceite em cada área	• Receber no máximo 4 Estagiários das diferentes áreas	Técnico Orientador
		Divulgação e contatos para angariar voluntários	Nº de reuniões realizadas por voluntário	• Reunir com todos os voluntários	Diretora Executiva
		Acolhimento dos voluntários e realização dos Voluntariados	Nº de voluntários aceite em cada área	• Receber pelo menos 2 voluntários	Diretora Executiva
	Avaliar e melhorar as Condições de Trabalho	Promoção e marcação das consultas de medicina no trabalho	Nº de marcações Nº de consultas realizadas	• Contatar empresa e marcar as consultas necessárias	Diretora Executiva
		Aplicação dos questionários de Avaliação de riscos	Nº de questionários aplicados Nº de questionários respondidos	• Aplicar os questionários aos 5 colaboradores envolvidos • Relatório geral das respostas	Diretora Executiva
		Elaboração e implementação do Plano de ações de melhoria	Nº de ações de melhoria	• Realizar Plano de ações de melhoria	Diretora Executiva

Promover a qualificação e eficiência dos recursos humanos				• Implementar pelo menos 50% das ações descritas no Plano de melhoria	
		Realizar plano de formação externa e interna	Nº de horas de formação por colaborador Realizar questionário de necessidades Certificados das formações	• Marcação das formações com a Centralmed • Realização de Formação Interna • Permitir a participação em formações externas	Diretora Executiva

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
Consolidar a Comunicação Externa e promover a Política de Angariação de Fundos	Aumentar a Visibilidade do GAC	Implementação de um plano de Comunicação	Elaboração do Plano	• Plano implementado a 100%	Diretora Executiva
		Promoção e aumento dinamização das nossas redes sociais	Nº de publicações de promoção realizadas	• Publicações semanais	Técnico responsável
		Realização e divulgação de vídeos e pequenas reportagens da nossa intervenção	Nº de publicações de promoção realizadas	• Publicações quinzenais	Técnico responsável
		Participação e organização em iniciativas com parceiros	Nº de participações em iniciativas	• Realizar atividades no HSM • E utentes do HSM participarem em pelo menos 2 das nossas atividades	Técnico responsável
	Consolidar a comunicação e imagem	Adaptação de uma linguagem comum ao nível da comunicação da organização	Nº de reuniões de equipa	• Realizar pelo menos 2 reuniões	Diretora Executiva
		Uniformizar as apresentações do GAC o grafismo no website e redes sociais	Nº de reuniões de equipa	• Realizar pelo menos 2 reuniões	Diretora Executiva

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
	Consolidar e alargar a rede de entidades doadoras e donativos	Criação e implementação de Plano de Angariação de fundos	Elaboração de um Plano	• Plano implementado a 100%	Diretora Executiva
		Reestruturação e implementação de um plano para aumento do número de sócios	Elaboração de um Plano Nº de cartas feitas Nº de cartas enviadas Nº de sócios angariados	• Plano implementado a 100% • Envia cartas a todos os sócios • Enviar carta a todos os potenciais sócios • Angariar pelo menos mais 10 sócios	Diretora Executiva
		Divulgação das entidades doadoras nos canais de comunicação do GAC	Nº de entidades doadoras	• Divulgar 100% das entidades doadoras	Diretora Executiva
		Divulgação às entidades doadoras dos resultados conseguidos	Listagem das entidades doadoras	• Divulgar a todas as entidades doadoras	Diretora Executiva
	Aumentar os apoios financeiros para o desenvolvimento do GAC	Realizar diversas campanhas de Marketing institucional/ Social	Nº de campanhas realizadas	• Realizar pelo menos duas IRS e MBway Solidário	Diretora Executiva
		Prestação de contas às entidades doadoras	Realizar relatório	• Apresentar a 100% das entidades	Diretora Executiva
		Registo de donativos em géneros, serviços ou	Realizar Listagens	Realizar mapas de registos e relatórios	Diretora Executiva

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
		monetários com a sua valorização			
		Realização de candidaturas para diversos apoios financeiros	Nº de candidaturas realizadas Nº de candidaturas aprovadas	• Realizar pelo menos 2 candidaturas	Diretora Executiva
Consolidar a Rede de Parcerias	Dar continuidade à articulação com parceiros	Participação ativa nas reuniões de trabalho e grupos de trabalho agendados	Nº de reuniões marcadas Nº de participações	• Participar em pelo menos 80% das reuniões	Técnico responsável
		Participação nas atividades promovidas pelos parceiros	Nº de atividades realizadas por parceiro Nº de participações por atividades de parceiros	• Participar em pelo menos 80% das atividades	Técnico responsável
	Realizar novas parcerias, articulando com novas entidades	Promoção de contatos com novas entidades/ potenciais parceiros	Nº de contatos realizados	• Enviar informação para pelo menos 5 novas instituições	Direção e Diretora Executiva
		Promoção de reuniões com novas entidades/ potenciais parceiras	Nº de reuniões realizadas	• Realizar pelo menos 3 reuniões	Direção e Diretora Executiva

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
		Formalização e assinatura de protocolos	Nº de protocolos formalizados	• Formalizar pelo menos 1 protocolo	Direção e Diretora Executiva
Sensibilizar a sociedade em geral para a problemática da Saúde Mental	Participar em parceria no desenvolvimento de ações de sensibilização para a saúde mental	Organização e participação em ações de capacitação e sensibilização para profissionais na área social, famílias e comunidade	Nº de ações realizadas	• Continuar no grupo Solidariedade e gerações - JFC • Grupo Comunitário • E outros grupos dando continuidade às várias parcerias	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
	Participar em ações conjuntas com outras entidades no âmbito da luta contra o estigma	Participação em iniciativas realizadas pela FNERDM	Nº de projetos com a FNERDM Nº de Projetos com a Rede Social de Lisboa Listagem de projetos	• Dar continuidade à parceria com a FNERDM, participar em pelo menos 2 projetos e 2 atividades. • Dar continuidade à parceria com a Rede Social de Lisboa, participar em pelo menos 1 atividade	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Participação em iniciativas realizadas pela Familiarmente	Nº de iniciativas	• Participar no encontro Nacional - 1 • Dar continuidade à parceria com a Familiarmente	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Participação em atividades/ ações de outras entidades na/e para a comunidade	Nº de atividades Nº de ações	• Dar continuidades às Parcerias com a Gulbenkian	Diretor Técnico do FSO

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
				e Culturgest - participar pelo menos a 80% • MIND UP	
	Comemoração do 30º aniversário do GAC	Organizar uma exposição, conferência e Workshops para comemoração do aniversário	Nº de iniciativas Fotos e vídeos Questionários de satisfação Diplomas de participação	- Realizar um encontro com conferências, Workshops - Realizar uma Exposição os 30 anos do GAC - Realizar um Torneio de Corfebol	Diretora Executiva e Diretores Técnicos e todos os colaboradores do GAC
	Participar e organizar ações na comunidade envolvente	Participação na manutenção do Parque Hortícola	Nº de diligências realizadas Nº de ações realizadas	- Manter a Horta Nova Inclusiva arranjada/ 100% - Dar continuidade à parceria com a Câmara Municipal de Lisboa - Dar continuidade à parceria com a Junta de Freguesia de Carnide	Técnico responsável pelo projeto
		Participação em projetos com outras instituições e parceiros da comunidade	Nº de projetos Nº de reuniões com parceiros	Continuar a participar na criação, desenvolvimento, disseminação e implementação dos projetos onde somos parceiros formais e informais	Diretora Executiva e Diretor Técnico do FSO

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
			Nº de atividades no exterior Nº de atividades no interior	• Colaborar nas atividades no exterior com a comunidade • Realizar atividades e disponibilizar os espaços do GAC • Dar continuidade à parceria com a Junta de Freguesia de Carnide e com a GEBALIS	

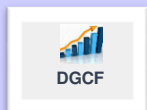
Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
Consolidar e criar novas respostas no âmbito da saúde mental	Manter o nº de utentes apoiados pelos acordos de cooperação	Manutenção do acompanhamento dos utentes	Nº de utentes no FSO Nº de utentes na UPRO	• Manter o acompanhamento a 30 utentes no FSO • Manter o acompanhamento a 4 utentes na UPRO	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Ocupação de vagas no prazo de um mês	Nº de utentes em lista de espera Listagem com datas de triagem	• Realizar 100% das triagens • Realizar manutenção e atualização lista de espera • Deveremos ter sempre 100% de ocupação	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Divulgação das respostas sociais pelos parceiros (mails de divulgação, flyers, reuniões com FNERDM, CNIS, Familiarmente, Universidades, Hospitais de LX e outras entidades de saúde)	Nº de reuniões onde é realizada a divulgação Nº de emails enviados	• Realizar divulgação nas diversas formas	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
	Enquadrar o âmbito de intervenção individual ao tipo de apoio necessário	Realização, implementação e avaliação dos Projetos Individuais de Intervenção	Nº de PII realizados Nº de PII implementados Nº de PII avaliados Nº de avaliações semestrais realizadas	• Realizar o PII a todos os 30 utentes do FSO • Realizar o PII a todos os 4 utentes da UPRO • Realizar a avaliação semestral dos utentes	Diretores Técnicos das Respostas Sociais Técnicos de referência

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
		Realização, monitorização e avaliação de atividades Culturais, Artísticas e Desportivas	Nº de atividades realizadas	• Realizar pelo menos 80% de todas as atividades desta área	Técnicos das Respostas Sociais e Monitores
		Realização, monitorização e avaliação de atividades de Competências Sociais e pessoais	Nº de atividades realizadas	• Realizar pelo menos 80% de todas as atividades desta área	Técnicos das Respostas Sociais e Monitores
		Realização, monitorização e avaliação de atividades Socialmente Úteis	Nº de atividades realizadas	• Realizar pelo menos 80% de todas as atividades desta área	Técnicos das Respostas Sociais e Monitores
		Realização, monitorização e avaliação de atividades de Emprego e Formação Profissional	Nº de atividades realizadas	• Realizar pelo menos 80% de todas as atividades desta área	Técnicos das Respostas Sociais e Monitores
		Realização, monitorização e avaliação de atividades na área Clínica e Psicossocial	Nº de atividades realizadas	• Realizar pelo menos 80% de todas as atividades desta área	Técnicos das Respostas Sociais e Monitores

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
		Realização, monitorização e avaliação de atividades com a Comunidade/ Parceiros	Nº de atividades realizadas	- Realizar pelo menos 80% de todas as atividades desta área - Projetos - Supervisão - Parcerias	Diretora Executiva e Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Realização, monitorização e avaliação de atividades com as Famílias	Nº de atividades realizadas	- Realizar pelo menos 80% de todas as atividades desta área - Dinamizar o grupo de famílias	Diretores Técnicos das Respostas Sociais
		Realização, monitorização e avaliação de atividades no âmbito Residencial	Nº de atividades realizadas	Realizar pelo menos 90% de todas as atividades desta área	Diretores Técnicos das Respostas Sociais Técnico Responsável
	Criação, desenvolvimento e implementação de uma Unidade Intervenção Precoce para jovens adultos dos 18 aos 35 anos	Realização de contatos com a com diversas entidades	Nº de contatos realizados Nº de diligências realizadas	Ter sucesso em pelo menos 50% dos contatos e diligências realizados	Direção e Diretora Executiva
		Procura de formas de financiamento para	Nº de diligências realizadas	- Candidaturas realizadas - Campanhas realizadas - Contabilidade dos valores angariados	Direção e Diretora Executiva

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
		construção, remodelação ou adaptação do espaço	Nº de ações de melhoria Nº de candidaturas com cabimento	- Relatório final - Relatório e obra feita	
Consolidar de forma sustentável o crescimento da organização	Controlar as despesas	Realização de revisão anual de contratos com fornecedores e serviços externos	Nº de contratos revistos Listagem de contratos existentes	Rever pelo menos 2 contratos	Direção e Diretora Executiva
		Realização trimestral de análise da tesouraria	Balancetes gerais Balancetes analíticos	Análise de relatórios e balancetes de 3 meses	Direção e Diretora Executiva
		Informação a todas as partes interessadas	Nº de email enviados	Enviar emails para 100% partes interessadas	Direção e Diretora Executiva
	Implementar medidas de cobrança de dividas	Realização trimestral de análise de dividas de utentes	CC dos utentes	Análise de CC dos utentes de 3 meses	Direção e Diretora Executiva
		Realização de reuniões individuais para tratamento das dívidas	Nº de reuniões marcadas Nº de acordos de pagamento	Regularizar pelo menos 80% das dividas existentes	Direção e Diretora Executiva

Objetivos Estratégicos	Objetivos Operacionais	Ações 2026			
		Descrição	Indicador	Metas	Responsabilidade
	Implementar medidas de combate ao desperdício	Promoção e realização de ações de sensibilização para utentes e colaboradores	Nº de ações realizadas	• Realizar pelo menos 2 ações de sensibilização uma no FSO outra na UPRO	Diretores Técnicos
		Sensibilização dos colaboradores da cozinha e UPRO nas reuniões mensais	Nº de ações realizadas	• Realizar pelo menos 2 ações uma em cada semestre	Diretora Técnica da UPRO e responsável da UPRO
	Medir o grau de execução orçamental	Realização trimestral de análise do orçamento por centro de custos	Balancetes gerais Balancetes analíticos	• Relatório anual e orçamento	Direção e Diretora Executiva

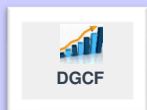


DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS 2026

CLASSE 7

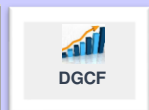
RENDIMENTOS

CONTA	RUBRICA	TOTAL	2401-Forum Sócio Ocupacional	2402-Unidade de Vida Protegida	Intervenção Precoce
71	VENDAS	0,00	0,00	0,00	0,00
72	PRESTAÇÕES SERVIÇOS	93 405,53	40 657,53	28 748,00	24 000,00
721	QUOTAS UTILIZADORES (QUOTAS)	2 150,00	1 720,00	430,00	0,00
721	QUOTAS UTILIZADORES (MATRÍCULAS/MENSALIDADES)	79 734,00	27 516,00	28 218,00	24 000,00
722/728	OUTROS SERVIÇOS	11 521,53	11 421,53	100,00	0,00
73	VARIAÇÃO NOS INVENTÁRIOS DA PRODUÇÃO	0,00	0,00	0,00	0,00
74	TRABALHOS PARA A PRÓPRIA ENTIDADE	0,00	0,00	0,00	0,00
75	SUBSÍDIOS, DOAÇÕES E LEGADOS À EXPLORAÇÃO	175 444,73	125 477,20	44 967,52	5 000,00
751	SUBSÍDIOS ESTADO E OUTROS ENTES PÚBLICOS	169 944,73	121 077,20	43 867,52	5 000,00
7511	ISS, IP	158 222,91	114 355,38	43 867,52	0,00
7512	OUTRAS ENTIDADES PÚBLICAS	11 721,82	6 721,82	0,00	5 000,00
752	SUBSÍDIOS DE OUTRAS ENTIDADES	0,00	0,00	0,00	0,00
753	DOAÇÕES E HERANÇAS	5 500,00	4 400,00	1 100,00	0,00
754	LEGADOS	0,00	0,00	0,00	0,00
76	REVERSÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
761	DE DEPRECIAÇÕES E AMORTIZAÇÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
762	DE PERDAS POR IMPARIDADE	0,00	0,00	0,00	0,00
763	DE PROVISÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
764	DE PROVISÕES ESPECÍFICAS	0,00	0,00	0,00	0,00
77	GANHOS POR AUMENTOS DE JUSTO VALOR	0,00	0,00	0,00	0,00
78	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	0,00	0,00	0,00	0,00
781	RENDIMENTOS SUPLEMENTARES	0,00	0,00	0,00	0,00
782 / 787	OUTROS RENDIMENTOS EM ATIVOS	0,00	0,00	0,00	0,00
788	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	0,00	0,00	0,00	0,00
7881	CORREÇÕES DE PERÍODOS ANTERIORES	0,00	0,00	0,00	0,00
7883	IMPUTAÇÃO DE SUBSÍDIOS DE INVESTIMENTO	0,00	0,00	0,00	0,00
7882-7884/7	RENDIMENTOS E GANHOS EM ATIVOS	0,00	0,00	0,00	0,00
7888	OUTROS NÃO ESPECIFICADOS	0,00	0,00	0,00	0,00
79	JUROS, DIVIDENDOS E OUTROS RENDIMENTOS SIMILARES	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL RENDIMENTOS		268 850,26	166 134,73	73 715,52	29 000,00



DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS 2026

CLASSE 6		GASTOS			
CONTA	RUBRICA	TOTAL	2401-Forum Sócio Ocupacional	2402-Unidade de Vida Protegida	Intervenção Precoce
61	CUSTO MERCADORIAS E MATÉRIAS CONSUMIDAS	3 823,68	280,56	3 543,12	0,00
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS	107 059,92	51 175,85	37 517,76	18 366,31
621	SUBCONTRATOS	16 685,34	16 685,34	0,00	0,00
622	SERVIÇOS ESPECIALIZADOS	60 758,41	24 916,20	28 098,21	7 744,00
6221	TRABALHOS ESPECIALIZADOS	5 469,63	4 375,70	1 093,93	0,00
6222	PUBLICIDADE E PROPAGANDA	0,00	0,00	0,00	0,00
6223	VIGILÂNCIA E SEGURANÇA	300,00	200,00	100,00	0,00
6224	HONORÁRIOS	43 577,50	19 840,50	23 737,00	0,00
6225	COMISSÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
6226	CONSERVAÇÃO E REPARAÇÃO	1 100,00	500,00	600,00	0,00
6227	SERVIÇOS BANCÁRIOS	0,00	0,00	0,00	0,00
6228/9	OUTROS	10 311,28	0,00	2 567,28	7 744,00
623	MATERIAIS	19 091,89	4 124,51	4 345,07	10 622,31
6231	FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS DE DESGATE RÁPIDO	2 564,41	63,60	43,50	2 457,31
6232	LIVROS E DOCUMENTAÇÃO TÉCNICA	390,00	0,00	0,00	390,00
6233	MATERIAL DE ESCRITÓRIO	1 702,85	1 006,28	251,57	445,00
6234	ARTIGOS PARA OFERTA	5 000,00	2 500,00	2 500,00	0,00
6235	MATERIAL DE DIDÁTICO	6 830,00	500,00	750,00	5 580,00
6236	ROUPARIA	0,00	0,00	0,00	0,00
6237	VESTUÁRIO E CALÇADO UTENTES	0,00	0,00	0,00	0,00
6238	OUTROS	2 604,63	54,63	800,00	1 750,00
624	ENERGIA E FLUIDOS	3 259,61	557,53	2 702,08	0,00
6241	ELETRICIDADE	1 758,53	0,00	1 758,53	0,00
6242	COMBUSTÍVEIS	244,18	181,54	62,64	0,00
6243	ÁGUA	1 256,90	375,99	880,91	0,00
6244	GÁS	0,00	0,00	0,00	0,00
625	DESLOCAÇÕES, ESTADAS E TRANSPORTES	880,39	600,04	280,35	0,00
6251	DESLOCAÇÕES E ESTADAS	431,13	326,76	104,37	0,00
6252	TRANSPORTES DE PESSOAL	291,60	233,28	58,32	0,00
6253	TRANSPORTES DE MERCADORIAS	157,66	40,00	117,66	0,00
6258	OUTROS	0,00	0,00	0,00	0,00
626	SERVIÇOS DIVERSOS	6 384,28	4 292,23	2 092,05	0,00
6261	RENDAS E ALUGUERES	1 312,80	820,80	492,00	0,00
6262	COMUNICAÇÃO	2 718,46	2 168,65	549,81	0,00
6263	SEGUROS	1 323,02	1 076,78	246,24	0,00
6264	ROYALTIES	0,00	0,00	0,00	0,00
6265	CONTENCIOSO E NOTARIADO	0,00	0,00	0,00	0,00
6266	DESPESAS DE REPRESENTAÇÃO	0,00	0,00	0,00	0,00
6267	LIMPEZA, HIGIENE E CONFORTO	1 000,00	200,00	800,00	0,00
6268	OUTROS SERVIÇOS	30,00	26,00	4,00	0,00



DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS 2026

63	GASTOS COM PESSOAL	144 951,08	108 776,81	29 726,35	6 447,92
631	REMUNERAÇÕES DOS ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6311	REMUNERAÇÕES CERTAS	0,00	0,00	0,00	0,00
6312	REMUNERAÇÕES ADICIONAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
632	REMUNERAÇÕES DO PESSOAL	117 930,36	88 569,16	24 025,80	5 335,40
6321	REMUNERAÇÕES CERTAS	101 636,00	76 240,00	20 566,00	4 830,00
6322	REMUNERAÇÕES ADICIONAIS	16 294,36	12 329,16	3 459,80	505,40
633	BENEFÍCIOS PÓS-EMPREGO	0,00	0,00	0,00	0,00
6331	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6332	PESSOAL	0,00	0,00	0,00	0,00
634	INDEMNIZAÇÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
6341	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6342	PESSOAL	0,00	0,00	0,00	0,00
635	ENCARGOS SOBRE REMUNERAÇÕES	24 729,66	18 568,46	5 048,68	1 112,52
6351	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6352	PESSOAL	24 729,66	18 568,46	5 048,68	1 112,52
636	SEGUROS ACIDENTES TRABALHO E DOENÇAS PROFISSIONAIS	1 291,06	839,19	451,87	0,00
6361	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6362	PESSOAL	1 291,06	839,19	451,87	0,00
637	GASTOS DE AÇÃO SOCIAL	0,00	0,00	0,00	0,00
6371	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6372	PESSOAL	0,00	0,00	0,00	0,00
638	OUTROS GASTOS COM O PESSOAL	1 000,00	800,00	200,00	0,00
6381	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6382	PESSOAL	1 000,00	800,00	200,00	0,00
64	GASTOS DE DEPRECIACÃO E AMORTIZAÇÃO	3 614,86	625,66	156,41	2 832,79
641	PROPRIEDADES DE INVESTIMENTO	0,00	0,00	0,00	0,00
642	ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS	3 614,86	625,66	156,41	2 832,79
643	ATIVOS INTANGÍVEIS	0,00	0,00	0,00	0,00
65	PERDAS POR IMPARIDADE	0,00	0,00	0,00	0,00
651	DE DÍVIDAS A RECEBER	0,00	0,00	0,00	0,00
652	DE INVENTÁRIOS	0,00	0,00	0,00	0,00
653/658	PERDAS EM OUTROS ATIVOS	0,00	0,00	0,00	0,00
66	PERDAS POR REDUÇÃO DE JUSTO VALOR	0,00	0,00	0,00	0,00
67	PROVISÕES DO PERÍODO	0,00	0,00	0,00	0,00
68	OUTROS GASTOS E PERDAS	1 613,00	1 450,00	163,00	0,00
681	IMPOSTOS	0,00	0,00	0,00	0,00
682/687	OUTROS GASTOS E PERDAS EM ATIVOS	0,00	0,00	0,00	0,00
688	OUTROS GASTOS E PERDAS	315,00	252,00	63,00	0,00
6881	CORREÇÕES DE PERÍODOS ANTERIORES	0,00	0,00	0,00	0,00
6882	DONATIVOS	0,00	0,00	0,00	0,00
6883	QUOTIZAÇÕES	315,00	252,00	63,00	0,00
6884/8	OUTROS GASTOS E PERDAS	0,00	0,00	0,00	0,00
689	CUSTOS C/ APOIOS FIN. CONCEDIDOS A ASS. OU UTENTES	1 298,00	1 198,00	100,00	0,00
69	GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL GASTOS		261 062,54	162 308,88	71 106,64	27 647,02

CLASSE 8

RESULTADOS

85	RESULTADOS ANTES IMPOSTOS	7 787,72	3 825,85	2 608,88	1 352,98
86	IMPOSTO RENDIMENTO EXERCÍCIO	0,00			
88	RESULTADO LÍQUIDO	7 787,72	3 825,85	2 608,88	1 352,98



#

MEMÓRIA JUSTIFICATIVA

Este documento toma em consideração o contexto de grande incerteza gerado pelos conflitos armados que, à data, ainda se mantem em curso em diversas geografias bem como as tensões comerciais geradas pelas ameaças tarifárias.

Foram considerados, na elaboração da conta de exploração previsional para o ano de 2026, os rendimentos e os gastos relativos ao ano de 2025, o histórico contabilizado e o acréscimo de 2,0% no nível médio dos preços.

Para além da estrutura de respostas sociais existentes prevê-se que se inicie uma nova valência - intervenção precoce.

Não estão previstas atualizações nas remunerações, os aumentos salariais serão apenas o legalmente previsto, o que inclui o resultante dos acordos celebrados no âmbito da contratação coletiva de trabalho entre a CNIS e o FNE.



FONTES DE FINANCIAMENTO

1

FINANCIAMENTO PÚBLICO - COMPONENTE EXPLORAÇÃO

ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	REGISTO CONTABILISTICO 75 - EXPLORAÇÃO
ISS, IP	ACORDOS DE COOPERAÇÃO	
	2401-Forum Sócio ocupacional	114 355,38
	2402-Unidade de Vida Protegida	43 867,52
	2403-Unidade de Vida Autónoma	
	2404-Unidade de Vida Apoiada	
	2501-Equipa de Rua para Pessoas Sem-Abrigo	
	2502-Atelier Ocupacional	
	3101-Atendimento/Acompanhamento Social	
	3102-Grupo de Autoajuda	
	3103-Centro Comunitário	
	3104-Centro de Férias e Lazer	
	3105-Refetório/Cantina Social	
	3106-Centro de Apoio à Vida	
	3107-Comunidade de Inserção	
	3108-Centro de Alojamento Temporário	
	3109-Ajuda Alimentar	
	3201-Centro de Atendimento/Acompanhamento Psicossocial	
	3202-Serviço de Apoio Domiciliário	
	3203-Residência para Pessoas com VIH/SIDA	
	3301-Equipa de Intervenção Direta	
	3302-Apartamento de Reinserção Social	
	3401-Centro de Atendimento	
	3402-Casa de Abrigo	
	4101-Apoio Domiciliário para Guarda de Crianças	
	4102-Apoio em Regime Ambulatório	
	4103-Imprensa Braille	
	4104-Escola de Cães-guia	
	0000-Residência Autônoma	
	Outros acordos	
	PROTOSCOLOS	
	Sensibilizar, Envolver, Renovar, Esperança, Mais (SERE +)	
	Rendimento Social de Inserção (RSI)	
	Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI)	
	Linha Nacional Emergência Social (LNES)	
	Outros protocolos	
	PROGRAMAS	
	Programa Integrado de Educação e Formação (PIEF)	
	Contratos Locais de Desenvolvimento Social (CLDS)	
	Prog. de Apoio Integrado a Idosos (PAII)	
	Programa de Idosos em Lar (PILAR)	
	Programa de Emergência Social/Cantinas Sociais (PES)	
	Programa de apoio à 1ª Infância (PAPI)	
	Prog. Comunitário de Ajuda Alimentar a Carenciados (PCAAC)	
	Prog. de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais (PARES)	
	Prog. de Apoio ao Investimentos a Respostas Sociais (POPH)	
	Medida de Apoio à Segurança dos Equipamentos Sociais (MASES)	
	Programa Conforto Habitacional Para Pessoas Idosas (PCHI)	
	Outros programas	
	FUNDOS	
	Reequilíbrio Financeiro	
	Compensação Sócioeconómica	
	Outros fundos	
IGFSS	Acordos de Cooperação	
	Protocolos	
	Programas	
	Fundos	
	Outros	
IEFP, IP	Acordos de Cooperação	
	Protocolos	
	Programas	6 721,82
	Fundos	
	Outros	
Autarquias	Acordos de Cooperação	
	Protocolos	
	Programas	
	Fundos	
	Outros	
Outras Entidades Públicas	Acordos de Cooperação	
	Protocolos	
	Programas	
	Fundos	
	Outros	5 000,00
TOTAL		169 944,72

2

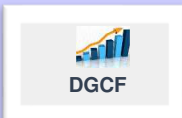
FINANCIAMENTO PÚBLICO - COMPONENTE INVESTIMENTO

ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	REGISTO CONTABILISTICO 59 - INVESTIMENTO	FLUXO FINANCEIRO
ISS	PROGRAMAS	0,00	0,00
	PIDDAC		
	Outros		
	FUNDOS	0,00	0,00
	FSS		
	Outros		
	OUTROS	0,00	0,00
Autarquias	Outros		
	Programas		
	Fundos		
	Outros	0,00	0,00
Outras Entidades Públicas	Programas		
	Fundos		
	Outros		
TOTAL		0,00	0,00

3

FINANCIAMENTO PRIVADO

ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	REGISTO CONTABILISTICO 75 - EXPLORAÇÃO	59 - INVESTIMENTO	FLUXO FINANCEIRO
Diversos	Subsídios, Doações e Legados à Exploração	5 500,00		



INVESTIMENTO

INVESTIMENTO MÉDIO E LONGO PRAZO	VALOR
Ativos Intangíveis	0,00
Bens domínio público	
Goodwill	
Projetos de desenvolvimento	
Programas de Computador	
Propriedade Industrial	
Outros Ativos intangíveis	
Ativos Fixos Tangíveis	17 873,38
Bens domínio público	
Bens do Património Histórico e Cultural	
Terrenos e Recursos Naturais	
Edifícios e Outras Construções	
Equipamento Básico	
Equipamento de Transporte	
Equipamento Administrativo	17 873,38
Equipamentos Biológicos	
Outros ativos fixos tangíveis	
Propriedades de Investimento	
Investimentos Financeiros	
Outros ativos Financeiros (não correntes detidos para venda)	
TOTAL INVESTIMENTO - MLP	17 873,38

INVESTIMENTOS EM CURSO	VALOR
Novas aquisições (compras e prestações serviços)	
Adiantamentos	
Trabalhos própria Entidade	
Transferência para Imobilizado pela conclusão obra (-)	
TOTAL INVESTIMENTO EM CURSO	0,00

INVESTIMENTOS - CP	VALOR
Outros ativos Financeiros	
Outros passivos Financeiros	
TOTAL INVESTIMENTO - CP	0,00

TOTAL NOVO INVESTIMENTO:	17 873,38
---------------------------------	------------------