



**ACISJF**  
**PORTO**

Associação Católica Internacional  
ao Serviço da Juventude Feminina

**2018**

# **PLANO GERAL DE AÇÃO**



## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO	1/ R0
DATA	2017.11.10

### Preâmbulo:

O Plano de Ação que definimos para 2018, na sua essência, tem como princípio orientador a nossa MISSÃO:

*“Promover, formar e integrar pessoas em risco na perspetiva da construção de uma sociedade mais justa e equitativa”,*

tendo por base os VALORES que defendemos e que norteiam a nossa atuação:

*“Os nossos princípios identitários e inspiradores de todas as ações que desenvolvemos são os valores da mensagem cristã.”*

No âmbito da reflexão interna efetuada, definimos como OBJETIVOS ESTRATÉGICOS para 2018:

1. QUALIDADE DO SERVIÇO
2. SUSTENTABILIDADE FINANCEIRA
3. RECONHECIMENTO DA ACISJF-Porto COMO IPSS DE REFERÊNCIA

Imbuídas destes princípios, a Direção e as Direções de Valência, em conjunto com as respetivas equipas, planificaram o trabalho a desenvolver sistematizando os Planos de Atividades e as linhas orientadoras dos respetivos Planos de Ação, sendo definidos os seguintes OBJETIVOS GERAIS cuja aplicação tem em conta a realidade e especificidade de cada valência.

<b>A. AUMENTO DAS COMPETÊNCIAS INDIVIDUAIS DOS CLIENTES SOCIAIS:</b>	<b>B. EXERCÍCIO DA RESPONSABILIDADE SOCIAL E PROTEÇÃO DO AMBIENTE,</b>
1. Desenvolvimento Pessoal e Social,	C. PARTICIPAÇÃO DA FAMÍLIA/PESSOAS DE REFERÊNCIA,
2. Enriquecimento Curricular,	D. TRABALHO EM EQUIPA MULTIDISCIPLINAR,
3. Melhoria da Auto-estima e do Comportamento,	E. PARCERIA COM OUTRAS ENTIDADES,
4. Adoção de hábitos de vida saudáveis,	F. CUMPRIMENTO DOS NORMATIVOS LEGAIS
5. Interação com a comunidade envolvente	G. SUSTENTABILIDADE



## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO 1/ R0

DATA 2017.11.10

Conscientes da dificuldade de adaptação social/escolar/profissional dos clientes sociais que acolhemos, visível pelo desajustamento ao exercício da cidadania e, também, pela reduzida consciência cívica e falta de valores morais e sociais, constatamos que a nossa ação, para ser mais bem-sucedida, terá que lhes proporcionar vivências dentro de outros contextos sociais, bem como terá que passar pela formação/conscientização das famílias de base e/ou de referência. Surge, assim, o presente **Plano Anual de Atividades (PAA)** que, cumulativamente ao nosso saber e vivências diárias, se pretende integrador de boas práticas ao nível do exercício da responsabilidade social e coletiva de entidades públicas e privadas.

O PAA é composto por diversas atividades que, pese embora se complementem entre si, podem ser desenvolvidas no todo ou parcialmente, sendo desejável a sua replicação (após avaliação e eventuais ajustes) ao longo dos anos. A inclusão de novas atividades deverá ser privilegiada de forma a que o crescimento individual dos clientes sociais, bem como dos profissionais da Instituição, seja uma realidade. Pelo seu teor e/ou relevância, algumas atividades, para que tenham maior impacto, deverão ser desenvolvidas através de parcerias com as restantes valências da ACISJF e/ou com entidades públicas ou privadas.

Objetivo Geral	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
D, E, F	Dinamização de Assembleias-Gerais	Cumprimento do Regulamento e Dinamização da Vida Associativa	Associados	Durante o ano	Elementos da Direção	n/a
B, D, E, G	Angariação de Associados	Cumprir com os requisitos e metas definidas pelo ISS	Clientes sociais Famílias	Durante o ano	Internos ISS / CPCJ / ...	Valor dos acordos de cooperação ISS
A, C, D, E, F, G	Manutenção dos acordos com o ISS	Melhoria das Infra-estruturas	Clientes sociais Famílias	Durante o ano	Internos Serviços Externos	
D, E, F, G	Modernização de espaços	Assegurar o cumprimento dos Requisitos de SST	Colaboradores Clientes sociais	Todo o ano	Direção, Colaboradores Serv. Consultoria	Conforme protocolado
D, E, F	SST - metodologias	Assegurar o cumprimento dos Requisitos de HACCP	Colaboradores Clientes sociais	Todo o ano	Colaboradores Serv. Consultoria	Conforme protocolado
D, E, F	HACCP - metodologias	Assegurar as condições para manutenção da Certificação	Colaboradores Clientes sociais Associados	Todo o ano	Direção, Colaboradores	n/a



# PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO	1/ R0
DATA	2017.11.10

## CASA DE ACOLHIMENTO - NOSSA SENHORA DO ACOLHIMENTO

Objetivo Geral	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>1.ATIVIDADES GERAIS/FUNIONAMENTO</b>						
A, C, D, E, F	Manutenção dos acordos com o ISS (Registro, gestão e avaliação dos pedidos de acolhimento, gestão do nº de vagas/novos pedidos, etc)	Cumprir com os requisitos e metas definidas pelo ISS	Clientes sociais Famílias	Durante o ano	Internos ISS / CPCL / ... Consumíveis	Valor do acordo de cooperação ISS
D, E, F	SST - metodologias	Assegurar o cumprimento dos normativos legais de segurança	Colaboradores	Todo o ano	Internos Serv.Externos	Conforme protocolado
D, E, F	Formação – Plano de Segurança e Atuação em Caso de Emergência		Colaboradores	1º Semestre	Internos Voluntários	Valor da inscrição (se aplicável)
A1, A5 D, E, F	Realização de Exercício de Simulação de Evacuação		Clientes Sociais e Colaboradores		Consumíveis	
A1, A5 D, E	Realização de Simulacro de Incêndio			2º Semestre	Internos Forças de Segurança Bombeiros Proteção Civil	Carga dos extintores
D, E, F	Participação em ações de formação	Fomentar as competências pessoais técnico/profissionais, dos colaboradores da Casa de Acolhimento	Colaboradores	Durante o ano	Internos Entidades externas	Valor da inscrição
D, E	Realização de sessões de supervisão		Colaboradoras	Durante o ano	Internos Externos	Conforme protocolado
D, E, F	SST - HSA- metodologias	Assegurar o cumprimento dos Requisitos de HSA	Clientes sociais	Todo o ano	Colaboradores Serv. Consultoria Estagiários	Conforme protocolado
D, E	SGQ - sistematização	Assegurar o cumprimento dos procedimentos e orientações do SGQ		Durante o ano	Internos Voluntários	
A5, B, D, E	Manutenção de Equipamentos e Reorganização de espaços	Melhorar as condições de habitabilidade	Clientes sociais	Todo o ano	Colaboradores Externos	A definir



**ACISJF**  
PORTO

Associação Católica Internacional  
do Serviço da Juventude Feminina

## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO 1/ R0

DATA 2017.11.10

Objetivo estratégico	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>2. ATIVIDADES ESPECÍFICAS</b>						
A1, A5, B, D, E, G	Teecer a Solidariedade – 2ª Caminhada	Aumentar a sustentabilidade e a divulgação da CA e da ACISJF	Cientes Sociais	Todo o ano	Parceiros privados e/ou públicos	n/a
A1, A5, B, D, E, G	Campanhas de recolha de: <ul style="list-style-type: none"><li>• alimentos,</li><li>• roupas,</li><li>• artigos de higiene pessoal,</li><li>• produtos de limpeza</li></ul>	Promover o exercício da cidadania e a responsabilidade social			Consumíveis	n/a
A1, A2, A3, A4, A5 C, D, E	Clube das Emoções (temáticas relacionadas com a promoção da coesão grupal, gestão emocional e a autorregulação, promover competências de tomada de decisão)	Promover espaços de auto e hetero conhecimento	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Serv. Externos Estagiários Consumíveis	n/a
A1, A3, A5 D, E	Dinamização de reuniões comunitárias: <ul style="list-style-type: none"><li>• “Despeja o saco”</li><li>• Semanal</li></ul>	Melhorar a qualidade da intervenção e promover um espaço de partilha	Cientes sociais	1 vez/mês 1 vez/semana	Internos Consumíveis	n/a
A1, A2, A3, A5 D, E	Apoio ao Estudo	Apoiar as jovens na realização dos trabalhos escolares. Capacitar com métodos e técnicas de estudo	Cientes sociais	Ano letivo	Internos Estagiários Voluntários Consumíveis	n/a
A1, A2, A3, A4, A5, B, D, E, G	Gerir a vida diária	Promover o treino de competências	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Estagiários Voluntários Consumíveis	n/a
A1, A2, A5, B, D, E, G	Implementação de plano de poupança e gestão orçamental	Promover as competências ao nível da gestão financeira e orçamental	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Parceiros Externos Consumíveis	n/a



**ACISJF**  
PORTO

Associação Católica Internacional  
do Serviço da Juventude Feminina

## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO	1/ R0
DATA	2017.11.10

Objetivo estratégico	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>2. ATIVIDADES ESPECÍFICAS (cont.)</b>						
A1, A2, A3, A4, A5	Clube de Saúde e Bem-Estar	Promover a Educação para a Saúde	Clientes sociais	Durante o ano	Internos	Gerais de funcionamento
					Parceiros Externos	
		Promover a prática desportiva e hábitos de vida saudáveis Promover o cumprimento de regras e relacionamento social positivo	Clientes sociais colaboradores		Consumíveis	
					Ginásio Académico	
A1, A3, A4, E	Momento Diferente	Promover a Coesão Grupal e o reforço de laços Dar a conhecer diferentes atividades passíveis de serem executadas por jovens, com vista à percepção da responsabilidade e do compromisso	Clientes sociais	Mensal	Interno e Externos	Quando aplicável, valor das entradas e/ou deslocações
					Consumíveis	
A1, A2, A3, A4, A5, B, D, E	Dinamização de Workshops	Aumentar a maturidade cívica e a capacidade crítica e de intervenção na sociedade	Clientes sociais	Durante o ano	Internos	Gerais de funcionamento
					Parceiros Externos	
A1, A2, A3, A4, A5, B, D, E	Celebrar as tradições e festividades (Ano Novo, Carnaval, Páscoa, Dia Mundial de criança, S. João, Magusto, Aniversários)	Sinalizar as principais épocas festivas	Clientes sociais	Conforme o calendário do ano de 2018	Internos	Gerais de funcionamento
					Estagiários	
A1, A2, A3, A4, A5, B, D, E	Programa de Ocupação de Tempos Livres	Ocupação de tempos livres, com vista à promoção do convívio, bem-estar, lazer e enriquecimento cultural	Clientes sociais	Durante o ano	Internos	Quando aplicável, valor das entradas e/ou deslocações
					Estagiários	



# PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO	1/ R0
DATA	2017.11.10

## COMUNIDADE DE INSERÇÃO - NOSSA SENHORA DO BOM CONSELHO

Objetivo Geral	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>1.ATIVIDADES GERAIS/FUNIONAMENTO</b>						
A1, C, D, E, F, G	Manutenção dos acordos com o ISS (Registro, gestão e avaliação dos pedidos de acolhimento, gestão do nº de vagas/novos pedidos, etc)	Cumprir com os requisitos e metas definidas pelo ISS	Clientes sociais Famílias	Durante o Ano	Internos	Valor do acordo de cooperação ISS
					Consumíveis	
D, E, F	Cumprimento das orientações da Higiene e segurança alimentar  SST - HSA- metodologias	Assegurar o cumprimento dos requisitos do SST- HSA	Clientes Sociais	Durante o Ano	APHORT Colaboradores	Conforme protocolo
					Colaboradores Serv. Consultoria Estagiários	
A1, D, E	Realização de um simulacro de incêndio Revisão e alteração das Medidas de Auto Proteção	Assegurar o conhecimento sobre prevenção e atuação em caso de incêndio.	Clientes sociais Colaboradores	1º Semestre	Bombeiros Sapadores do Porto	A Definir
D, E, F	Formação – Plano de Segurança e Atuação em Caso de Emergência	Assegurar o cumprimento dos normativos legais de segurança	Colaboradores	Todo o ano	Internos Serv. Externos	Conforme protocolado
D, E	SGQ - sistematização	Assegurar o cumprimento dos procedimentos e orientações do SGQ		Todo o ano	Internos Voluntários	
A3, A4, A5, B, D, E, F, G	Manutenção de Equipamentos e Reorganização de espaços  Redefinição do espaço físico da CI Aquisição de mobiliário Criar uma sala na cave com TV e sofás Criar uma zona para PC (ser utilizado pelas mães)	Melhorar as condições de habitabilidade  Criação / organização de um espaço multusos, para dinamização de atividades e sala de estudo	Clientes sociais	Durante o Ano	Colaboradores Externos	A definir
D, E, F	Alteração das casas de banho	Melhoria das condições físicas das zonas pessoais e institucionais.			Internos	
D, E, F	Participação em ações de formação	Fomentar as competências pessoais técnico/profissionais	Colaboradores	Durante o ano	Internos Entidades externas	Valor da inscrição



## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO 1/ R0

DATA 2017.11.10

Objetivo estratégico	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>2. ATIVIDADES ESPECÍFICAS</b>						
A1,B,D,E,G	Campanha de recolha alimentar (Banco Alimentar, Jumbo de Vila Nova de Gaia) Recolha de roupas, brinquedos e utensílios para o lar Programa: PO APMC	Alargamento da Rede de Parceiros Receção e escoamento de donativos	Cientes Sociais	Durante o Ano	Parceiros da ACISJF Colaboradores	n/a
A1, D, E, G	Ano Novo Carnaval Páscoa A Padroeira Dia da Mãe Dia Mundial da Criança S. João Halloween S. Martinho Natal	Comemoração das épocas festivas segundo o calendário lunar	Cientes sociais	01 Janeiro 13 Fevereiro 01 Abril 26 Abril 06 Maio 1 de junho 24 Junho 31 Outubro 11 Novembro 25 Dezembro	Internos Estagiários Voluntários Clientes Sociais Refeição temática / Festa Temática	Generais de funcionamento
A1,A3,A4;A5 D, E	Atividades lúdicas e pedagógicas, dando a conhecer os diferentes recursos da cidade, nomeadamente: -Coliseu do Porto -Parque da cidade -Quinta de Santo Inácio -Teatro para as Crianças e Mães -Museus -Praias, Piscinas -Visitas temáticas -Ida à Serra da Estrela / Gerês -Saídas à noite, discoteca -Piquenique -Ida ao Cinema -Aquaparque -Festa do Pijama -Torneios: cartas, xadrez -Jogos Wifitt	Impulsionar a ocupação de tempos livres, em períodos de férias letivas e profissionais, para a promoção do bem estar, lazer e enriquecimento cultural	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Estagiários Voluntários Entidades Externas Consumíveis	Pagamento de deslocações, entradas e eventuais refeições



**ACISJF**  
PORTO

Associação Católica Internacional  
do Serviço da Juventude Feminina

## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO	1/ R0
DATA	2017.11.10

Objetivo estratégico	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>2. ATIVIDADES ESPECÍFICAS (cont)</b>						
A2;A3;A4;A5, D, E, G	Atividades de caráter ocupacional como forma de permitir uma valorização pessoal e o aproveitamento de capacidades, na perspectiva de as manter ativas e interessadas, bem como, fomentar a responsabilidade social -Jardinagem -Trabalhos Manuais – com barro, telas, azulejos -Restauro -Voluntariado -Frequência de workshops no Palácio das Artes	Fomentar o interesse e criatividade para diversas atividades	Cientes sociais	Mensal	Internos Entidades externas Produtos e materiais agrícolas Material de desgaste	Valor das deslocções
A1, A3, A5, D, E, G	Sessões de informação/ sensibilização, relativas a : -Dia do Obrigado -Dia da Arvore -Dia mundial da Poupança -Dia internacional contra a Violência Doméstica -DST	Abordar temáticas relevantes da sociedade Portuguesa	Cientes sociais	11 Janeiro 21 Março 31 Outubro 25 Novembro 1 Dezembro	Internos Estagiários Voluntários Consumíveis	n/a
A1, A3, A4, A5	Caminhada Dia Mundial do Coração Dia Mundial da Alimentação Workshop: "Vida Saudável" Prática de exercício Físico -Natação -Zumba -Ginásio	Sensibilizar para a prática de exercício físico como amigo do coração Incentivar hábitos e atitudes saudáveis	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Sapatilhas Fato de treino Consumíveis	Generais de funcionamento
A1, A3, A4	Participação no programa de formação culinária, organização e higienização de espaços habitacionais	Aquisição de competências de vida diária	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Externos Voluntários	Generais de funcionamento



## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO 1/ R0

DATA 2017.11.10

Objetivo estratégico	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>2. ATIVIDADES ESPECÍFICAS (cont)</b>						
A1, A3, A4, E	Ações de formação alusivas às temáticas da maternidade e educação (alimentação, higiene, birras, higiene do sono, desfralde) - Como interagir com as crianças -Massagem de bebês -Problemas de pele -O importante de dizer não na educação	Treino de competências Parentais	Cientes sociais	Durante o ano	Entidades Externas (Escola da parentalidade e educação Positivas) Consumíveis	n/a
A1;A2;A3;A5, B, D, E, F, G	Workshop: facilitador da empregabilidade, desenvolvimento de competências ativas de procura de emprego Temáticas: -Empregabilidade -Elaborar Currículo -Construir uma carta de candidatura espontânea -Responder a um anuncio de emprego	Informar/ sensibilizar e incentivar para o empreendedorismo feminino	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Entidades Externas (IEFP ou GIP) Consumíveis	n/a
A1;A2;A3;A4;A5, C, D, E	Sessões individuais ou em grupo, para partilha de experiencias e reflexão acerca das suas vivências, valores, papéis (mulher/mãe). Gestão das relações interpessoais e da vivência em grupo (coesão grupal, resolução de conflitos) Promoção do autoconhecimento, Autoestima "Despeja o saco"	Garantir que as clientes sociais beneficiem de acompanhamento psicossocial	Cientes sociais	Durante o ano	Internos Externos Voluntários	n/a
A1, A4, A5, B, D, E	Ciclo de Tertúlias	Promover a discussão de temáticas de carater e interesse geral	Cientes sociais	Durante o ano	Entidades Externas (Instituto Português da Juventude)	n/a



**ACISJF**  
PORTO

Associação Católica Internacional  
do Serviço da Juventude Feminina

## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO 1/R0

DATA 2017.11.10

### REFETÓRIO SOCIAL INVIA – RS

Objetivo Geral	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>1.ATIVIDADES GERAIS/FUNCIONAMENTO</b>						
A1, C, D, E, F, G	Manutenção dos acordos com o ISS (Registro, gestão e avaliação dos pedidos de acolhimento, gestão do nº de vagas/novos pedidos, etc)	Cumprir com os requisitos e metas definidas pelo ISS	Clientes sociais	Durante o Ano	Internos Consumíveis	Valor do acordo de cooperação ISS
D, E, F	Cumprimento das orientações da Higiene e segurança alimentar	Assegurar o cumprimento dos requisitos do HACCP	Clientes Sociais	Durante o Ano	Aphort Colaboradores	Conforme protocolado
D, E, F	Participação em ações de formação	Fomentar as competências pessoais técnico/profissionais, dos colaboradores da Casa de Acolhimento	Colaboradores	Durante o ano	Internos Entidades externas	Valor da inscrição
D, E	SGQ - sistematização	Assegurar o cumprimento dos procedimentos e orientações do SGQ		Durante o ano	Internos Voluntários	n/a



## PLANO DE ATIVIDADES 2018

EDIÇÃO 1/ R0

DATA 2017.11.10

Objetivo estratégico	Atividade	Objetivos Específicos	Destinatários	Data prevista	Recursos	
					Humanos e Materiais	Financeiros
<b>2. ATIVIDADES ESPECÍFICAS</b>						
A1, A2, D	-Almoço de Reis -Enfeitar a páscoa -Sardinhada -Magusto -Aniversários	Comemoração das épocas festivas	Clientes Sociais Colaboradores	Janeiro Março Junho Durante o Ano	Internos Café/pingo e Bolo	Gerais de funcionamento
A1, A2, D, E	Passaio de barco no Douro às 6 pontes: -D. Luís I; - Ponte do Infante; - Ponte D. Maria Pia; - Ponte de S. João; - Ponte do Freixo; - Ponte da Arrábida	Promover o bem-estar, lazer e enriquecimento cultural; Conhecer lugares turísticos da Cidade do Porto e Gala	Clientes sociais	2º ou 3º Trimestre	Internos	n/a
A1, A2, D	Campanha do Agasalho	Angariar recursos essenciais: Roupa e calçado	Comunidade em geral	Durante o Ano	Internos Consumíveis	n/a
A1, A2, D, E	Visita à Casa da Musica	Promover/ estimular o conhecimento cultural e histórico; Promover o convívio	Clientes Sociais	1º ou 4.º Trimestre	Internos Voluntários	n/a
A1, A2, D	"Eu Faço Parte"	Promover a participação na melhoria do serviço de refeição	Clientes Sociais Colaboradores	Durante o ano	Internos	n/a