



Organismo de Utilidade Pública

CENTRO SOCIAL, CULTURAL E DESPORTIVO DE SILVARES

Instituição Particular de Solidariedade Social

PLANO DE ATIVIDADES 2023

Exmos. (as) Senhores (as) Associados (as):

De acordo com o estipulado nos estatutos desta Instituição, e demais legislação em vigor, vem a Administração apresentar o Plano de Atividades para o ano de 2023, bem como o respetivo orçamento.

ÁREA SOCIAL

No que diz respeito ao desenvolvimento das atividades da área social, a gestão e programação, estarão sediadas na Escola do Casquinho com o funcionamento da Sala de convívio. Em 2023 irão manter-se algumas das atividades realizadas no ano de 2022 e temos como principal objetivo as obras de requalificação da sede para a abertura das valências Centro de Dia e Creche.

Objetivo Geral

✓ Proporcionar um leque de atividades que dê resposta às motivações intrínsecas e extrínsecas das crianças e idosos, proporcionando-lhes atividades individuais e coletivas, adequadas às diferentes faixas etárias.

Objetivos Específicos

- ✓ Estimular as capacidades motoras, sociais e cognitivas;
- ✓ Combater a taxa de inatividade física;
- ✓ Diminuir a taxa de sedentarismo;
- ✓ Promover a prática de atividade física, um estilo de vida ativo e saudável;



- ✓ Desenvolver competências relacionais e sociais;
- ✓ Fomentar as boas práticas de uma alimentação saudável e de proteção ambiental.

O **Centro de Convívio do Idoso**, é uma resposta social, que constitui a prestação de um conjunto de serviços sociais que promovem a manutenção do idoso no seu meio sociofamiliar e cultural.

O Centro de Convívio possui um regulamento próprio com a matriz de responsabilidades definida. O horário de funcionamento é de segunda à sexta no período da tarde, das 13h30 às 18h00.

- **Ginástica para Crescidos:** Inclui as aulas de Hidroginástica e Hidroterapia e Ginástica Sénior. As aulas de hidroginástica e hidroterapia irão manter-se ao longo do ano 2023 com uma frequência de duas aulas semanais, o custo das aulas fica a cargo de cada participante, ficando a cargo do CSCDS a cedência, logística e disponibilização de transporte. Todos os utentes participantes que pretendam usufruir de serviço de transporte será cobrado um custo simbólico da deslocação de e para a piscina. As aulas de Ginástica Sénior realizam-se duas vezes por semana, segundas e sextas das 14h30 às 15h15, este projeto tem um custo para os participantes inscritos que são suportados pela Junta de Freguesia, ao Centro Social, Cultural e Desportivo de Silvares (CSCDS), cabe a logística e cedência do espaço, bem como o transporte. Para a realização destas atividades desportivas vamos manter o protocolo elaborado com a Tempo Livre, que será a entidade responsável pela organização e dinamização das mesmas.

- **Ponto d'Áfeto:** Neste projeto são realizadas atividades de trabalhos manuais na sala de convívio, normalmente alusivos a épocas festivas. Todos os artigos elaborados pelos nossos utentes são expostos à venda para angariação de fundos.

- **Projeto Sabe Mais – Arco-Íris Solidário:** Pretendemos dar continuidade a este projeto e estender a rede de apoio através de protocolos com outras organizações de cariz social no sentido de abranger uma maior rede de apoio aos mais carenciados, nomeadamente na distribuição de cabazes de alimentação doados e vestuário.



- **Apoio no transporte Escolar:** em 2023 vamos dar continuidade a este serviço que resulta de um de um acordo entre a Junta de Freguesia de Silvares e a nossa Instituição. Para o ano letivo 2022/2023 as inscrições para o serviço de transporte tiveram um aumento muito significativo, a procura tem sido constante e de momento mantemos lista de espera para novas vagas. Pretendemos dar um serviço de transporte mais adequado às necessidades dos alunos e dos Encarregados de Educação da Escola EB1 da Teixugueira, no decorrer do ano de 2023.

Observações:

- **Gestão Social de Silvares** – Vamos dar continuidade ao protocolo elaborado com Câmara Municipal de Guimarães no programa 65+ através da disponibilização de uma técnica que vai prestar apoio social diariamente aos idosos em situações de carência económica e maior isolamento social. É nosso propósito promover a qualidade de vida, o bem-estar, a segurança e a solidariedade ativa da rede familiar e social.

ÁREA CULTURAL

Sendo o Rancho Folclórico um orgulho da nossa freguesia, tendo em conta o reconhecimento da sua importância na nossa comunidade e nos trabalhos que tem desenvolvido, pretendemos ajudar a enriquecê-los cada vez mais. O mesmo, representa fielmente os usos e costumes da nossa região. É filiado na Federação do Folclore Português, é sócio fundador da Associação do Folclore e Etnografia do Concelho de Guimarães.

Sempre que possível haverá disponibilidade e abertura para apoiar novas ideias e novos projetos nesta área, sendo fundamental e essencial a mobilização dos associados e da população da nossa freguesia.



ÁREA DESPORTIVA

No plano desportivo, vamos dar continuidade aos treinos de Judo, com uma frequência de dois treinos por semana, a classe de 6 a 15 anos às quartas das 19h às 20h e aos sábados das 10h às 12h30 e vamos abrir, em 2023, uma nova Classe (4 e 5 anos) com horários de treino aos sábados das 10h30 às 11h15.

ATIVIDADES

Ao longo do ano de 2023 será necessária a constante angariação de fundos para as obras de requalificação do nosso edifício sede, para a criação da creche e do centro dia. Convém salientar que continuarão a ser realizados todos os pedidos de apoio que estão ao nosso alcance, junto de instituições como a Segurança Social, a Câmara Municipal, o Governo e as empresas locais.

Colaboramos estritamente com a Junta de Freguesia no planeamento das obras, para que consigamos obter soluções para a continuação das atividades existentes no período de obras. Este apoio e colaboração com a Junta de Freguesia é essencial para podermos dar o melhor conforto aos nossos sócios/utentes nesta época de mudança.

No entanto, estamos conscientes que não podemos estar dependentes só dos fundos a que nos candidatamos, por isso, desenhamos um plano de ação, essencialmente para angariação de sócios e realização de atividades lucrativas.

Angariação de sócios:

Parceria com farmácias próximas – esta parceria tem como objetivo facultar um apoio maior em termos de conhecimentos médicos e apoio às pessoas que necessitam. Além disso, será uma mais-valia na angariação de sócios, pois os mesmos terão facilidades em deslocar-se a uma farmácia parceira para a realização gratuita de um rastreio básico de saúde. Até ao momento, desenvolvemos uma parceria com a farmácia Dias Machado, que nos tem fornecido vales de desconto e outras vantagens aos participantes nas atividades do Centro Social Cultural e Desportivo de Silvares.



Parceria com ginásios – realização de atividades físicas com a parceria de ginásios próximos em forma de divulgação do trabalho do CSCDS. Neste momento, estamos em fase de validação pela parte do ginásio FitnessHut, uma parceria de desconto do sócio do CSCDS na adesão ao ginásio. Está também previsto o desenvolvimento de uma atividade de carácter desportivo para a população, envolvendo todas as idades, com os instrutores de ginásio do FitnessHut.

Ações de divulgação – serão criadas ações de divulgação do cariz desta instituição e da requalificação do edifício sede, através de publicações nas redes sociais, cartazes de divulgação entre outros.

Atividades para angariação de fundos:

Torneio de Chincalhão: Atividade de cariz lúdica, e realizada anualmente através de jogos de equipas, no local existe um serviço de bar com venda de comida e bebidas. Aos participantes do torneio é cobrado um valor de inscrição e os 6 vencedores levam um prémio conforme a classificação obtida. Para a obtenção dos prémios, contamos com o apoio das empresas locais que doam os produtos /animais em prol da instituição.

Magusto – Festa de cariz popular que fomenta as relações sociais, familiares e grupais. É realizada a venda de comida e bebida numa tarde de convívio, com cantares ao desafio e outra animação resultante de parcerias.

Caminhada CSCDS – Em 2023 vamos manter esta atividade e pretendemos que sejam realizadas caminhadas 2 vezes por ano (Caminhada da Primavera e Caminhada de Outono), contamos com vários patrocínios para aquisição de t-shirts, alimentação e rastreios de saúde. Esta atividade tem um custo para cada participante que difere entre sócio e não sócio.

Cantina social – realização de uma cantina social, com venda de almoço para fora, com datas a definir consoante a possibilidade de toda a população que ajuda o CSCDS.

Feirinhas sociais: Atividade Cariz Social onde são vendidos os artigos elaborados pelos utentes da sala de convívio inserido no projeto Ponto d’Afeto.



Protocolo com empresas formativas: Pretende-se também a angariação de fundos, com a cedência dos espaços pertencentes ao CSCDS, nomeadamente para as atividades de formação realizadas por entidades externas. Esta angariação é realizada através de um protocolo entre o CSCDS e a entidade formadora, em que o CSCDS cede os seus espaços com o compromisso da entidade formadora efetuar pelo menos uma doação por utilização.

Entre estas, outras atividades desenhadas pela equipa de direção ao longo do ano, que trarão benefícios a nível de divulgação e angariação de fundos.

Ao longo do ano serão levadas a cabo outras atividades de caráter lúdico, pedagógicas e festivas, tais como:

ORGANIZAÇÃO DE WORKSHOP – Manter parcerias com instituições e empresas para manter a população informada e consciente em várias matérias, como a saúde física e mental, o ambiente, o desporto, etc.

PROGRAMA APOIO 65+ IDOSOS EM SEGURANÇA – Promoção de ações de sensibilização para os mais velhos com o intuito de aumentar o grau de confiança e conhecimento face aos riscos que o isolamento acarreta.

DIA MUNDIAL DA ATIVIDADE FÍSICA- Caminhada para promover a prática de atividade física regular junto da comunidade, assim como mostrar os benefícios do exercício físico para o bem-estar físico, mental e social.

COMEMORAÇÕES DO ANIVERSÁRIO – A festa de aniversário irá ocorrer juntamente com a festa de Natal do Centro Social, Cultural e Desportivo de Silvares, pretendemos proporcionar aos nossos sócios e toda a população de Silvares uma tarde festiva com atividades de lúdicas, de cariz cultural e social.

A SEGADA E MALHA DE CENTEIO – Atividade Cultural, pretendemos proporcionar momentos de convívio e confraternização entre os presentes, e manter bem vivos os costumes e as tradições do nosso povo.



O FESTIVAL DE FOLCLORE – Evento de cariz Cultural, organizado pelo nosso Rancho Folclórico, pretendemos voltar a realizar este evento em 2023 e contamos com uma organização sempre profissional.

PASSEIO CONVÍVIO CSCDS/ ALMOÇO VERÃO SÓCIOS DO CSCDS – Como costume anual, pretendemos dar continuidade à organização do passeio anual de convívio, onde todos os colaboradores, sócios e amigos do CSCDS terão a possibilidade de confraternizar e passar uma tarde de convívio num ambiente de bem-estar.

FESTA DOS SANTOS POPULARES/CASAMENTOS DE SANTO ANTÓNIO: Atividade a desenvolver com outras instituições no decorrer do mês de junho, pretendemos promover o convívio, a partilha de experiências e saberes e a socialização.

DIA DOS AVÓS- Reafirmando o nosso trabalho anual, neste dia iremos comemorar fazendo uma atividade intergeracional.

COMEMORAÇÃO DA SEMANA DO IDOSO: Participação dos utentes inseridos no projeto 65+, sala de convívio e aulas desportivas em atividades organizadas pela Câmara Municipal no decorrer dessa semana.

Como nota final, será sempre de ressaltar que, este plano de atividades para ano de 2023, poderá sofrer alterações sempre que se justifique. Optamos por apresentar um plano de atividades de forma a servir a comunidade Silvarense, melhorando o bem estar da comunidade em várias vertentes.

CORTA MATO ESCOLAR: Organização e dinamização do corta mato escolar para os alunos da Escola EB1/JI da Teixugueira. Atividade de cariz desportivo e lúdico, pretendemos promover a prática da atividade física regular e os benefícios que o desporto tem para o desenvolvimento de crianças saudáveis.



Agenda de Atividades para o ano de 2023

Caracter	Atividades	Data
Social*	Cantina Social	fevereiro (dia a definir)
Ambiental	Limpeza das margens do Rio Ave (atividade organizada pela Brigada Verde)	25 de fevereiro
Social e Desportivo*	Torneio de Sueca	março (dia a definir)
Social*	Cantina Social	abril (dia a definir)
Social e Desportivo*	Caminhada de Primavera	14 de maio
Social	Casamentos de Santo António, parcerias: - Encontro de Saberes	junho (dia a definir)
Cultural	Segada e Malha do Centeio	17 de junho
Cultural	Festival de Folclore	1 de julho
Social e Desportivo	Domingos Desportivos, parcerias: - Gteam - FitnessHut	Mês de julho
Social	Passeio Anual	16 de julho (Domingo)
Social e Desportivo*	Torneio de Chincalhão	setembro (dia a definir)
Social e Desportivo*	Caminhada de Outono	5 de outubro
Social*	Magusto	novembro (dia a definir)
Social	Festa de Aniversário e Natal	10 de dezembro
Social	Ceia de Natal - Rancho Folclórico	16 de dezembro

*Atividades para angariação de fundos



CENTRO SOCIAL, CULTURAL E DESPORTIVO DE SILVARES

Instituição Particular de Solidariedade Social

Organismo de Utilidade Pública

Aprovado em reunião de Direção de 24 de outubro de 2022

A Direção:

A Presidente: Ricardine Mendes Veiga

A Secretária: Maria Paula Abreu Gueiros Pereira

O Tesoureiro: Filipe Miguel Ferreira da Costa

Aprovado em Assembleia Geral

A Mesa da Assembleia:

O Presidente: Ruyaul Manuel Oliveira Piniz

A 1ª Secretária: Carima Freitas

A 2ª Secretária: Aluísio Rodrigues Fernandes