



LIGA DOS AMIGOS DA TERCEIRA IDADE “OS AVÓS”

RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2022



PIC-COLLAGE



ÍNDICE

1 – INTRODUÇÃO	2
2 – ACTIVIDADES	2
2.1. AÇÃO SOCIAL	2
2.2.2. ACTIVIDADES DOS UTENTES DO CENTRO DE DIA.....	4
2.2.3. ATIVIDADES DE ANGARIAÇÃO DE FUNDOS.....	9
2.2.4. DIFICULDADES ENCONTRADAS.....	10
3 - PROTOCOLOS, PROJECTOS, EQUIPAMENTOS E OBRAS.....	11
3.1. PROTOCOLOS	11
3.2. EQUIPAMENTOS.....	11
4 - PESSOAL.....	11
4.1. MOVIMENTO	11
4.2. FORMAÇÃO PROFISSIONAL	13
5 - PARTICIPAÇÃO DE VOLUNTÁRIOS E ESTAGIÁRIOS	14
6- APOIO DE SUPERMERCADOS.....	15
7 - DADOS CONTABILÍSTICOS	15
8- DIVERSAS ACÇÕES.....	16
9 AGRADECIMENTOS.....	16
ANEXO I	18



1 – INTRODUÇÃO

O presente relatório foi elaborado tendo em vista o cumprimento do disposto na alínea b) do artigo 35.º dos Estatutos da Liga. Tem como objetivo relatar os acontecimentos mais relevantes realizados durante o ano de 2022. É acompanhado pela conta de gerência elaborada de acordo com as normas definidas pela Segurança Social.

A direção procurou sempre responder às mais diversas situações que lhe foram por si encontradas, estando sempre nos seus propósitos dotar a Liga de um modelo de gestão adequado à sua atividade financeira e aos seus próprios meios. O órgão executivo teve em vista a gestão de uma IPSS que, em 2022 atingiu uma média diária de 47 utentes em Centro de Dia e 40 no Serviço de Apoio Domiciliário e contou com 22 empregados.

Assim, o nosso objetivo, que será extensivo a 2023, passou por melhorar a gestão operacional do dia-a-dia e acima de tudo a independência financeira da Liga, independentemente de termos vindo a alargar por motivos vários o nosso quadro de pessoal.

Para se atingir este objetivo foram implementadas medidas tendo em vista a redução de custos operacionais e com o pessoal.

A concretização dos nossos objetivos foi possível também graças à manutenção do acordo de cooperação com o Instituto da Segurança Social, ao apoio dado pela Câmara Municipal de Sintra através do «Programa de Apoio Financeiro às Instituições sem Fins Lucrativos» (PAFI), à ajuda do Banco Alimentar Contra a Fome, Pingo Doce e Sonae, que nos doaram géneros alimentícios (não deixando os mesmos de ser contabilizados), à Entrajuda e ao Banco de Bens Doados. Não podíamos deixar de referenciar os apoios da União de Freguesias de Sintra, através do Associativismo.

2 – ACTIVIDADES

2.1. AÇÃO SOCIAL

No que diz respeito aos pedidos de apoio Institucional no ano 2022, ao nível da resposta de Centro de Dia, o número de pedidos de apoio foi aumentando gradualmente, com maior incidência a partir de Maio de 2022. A média de utentes apoiados em CD no ano 2022 foi de 47 utentes e em SAD manteve-se nos 40, correspondente à nossa capacidade máxima nesta resposta social.

Relatório de Atividades 2022



QUADRO I

RESUMO DA MOVIMENTAÇÃO DOS UTENTES NO ANO DE 2022

CENTRO DE DIA

ANO 2022				
	Nº total utentes	Admissões	Ausências	Saídas
Jan.	43	0	6	4
Fev	39	0	1	0
Março	44	5	1	3
Abril	43	2	1	1
Maio	48	6	1	1
Junho	47	0	3	3
Julho	48	4	3	2
Agosto	50	4	4	0
Setembro	51	1	1	2
Outubro	49	0	2	2
Novembro	50	3	0	1
Dezembro	50	1	3	1
Total		26	26	20

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

ANO 2022				
	Nº total utentes	Admissões	Ausências	Saídas
Janeiro	40	2	1	2
Fevereiro	40	2	0	3
Março	40	2	1	1
Abril	40	1	0	0
Maio	40	0	1	1
Junho	40	2	0	2
Julho	40	2	0	2
Agosto	40	2	3	2
Setembro	40	2	6	2
Outubro	40	2	3	2
Novembro	40	3	1	1
Dezembro	40	1	0	2
Total		21	16	20

Em SAD, o número de pedidos de apoio também aumentou consideravelmente com vários pedidos em lista de espera. No total, em 2022 foram admitidos 47 utentes: 26 em Centro de Dia e 21 em Serviço de Apoio Domiciliário. Relativamente a saídas, registaram-se 20 em ambas as respostas sociais, conforme tabelas acima.

Relatório de Atividades 2022



Em relação às reuniões de trabalho, também à semelhança do ano anterior e como é prática na atividade da Instituição, foram dinamizadas ao longo do ano diversas reuniões com o pessoal dos vários setores, chefias diretas e reuniões entre equipa técnica e direção.

Mantivemos igualmente a proximidade com os utentes e famílias, os contatos e atendimentos regulares e as visitas domiciliárias de avaliação diagnóstica e de acompanhamento.

Do mesmo modo, foram desenvolvidos contatos com diversas Entidades parceiras com quem articulamos a nossa ação, nomeadamente, Instituto da Segurança Social, União das freguesias, USF's da área de intervenção (USF Cyhthia e USF Monta da Lua), Hospitais de Referência e Unidades de Cuidados Continuados bem como outras Instituições congêneres.

A Liga, em cumprimento dos Estatutos, desenvolve a sua atividade através das respostas sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, tendo como finalidade o apoio à pessoa idosa em situação de dependência através da prestação de um conjunto de serviços diferenciados e adequados às suas necessidades quotidianas.

Como parte integrante do apoio prestado aos utentes inclui-se o desenvolvimento de atividades de animação e socialização que revelam ser muito importantes para potenciar a autoestima dos nossos utentes, estimulando e valorizando as suas capacidades físicas e cognitivas. Pretende-se, com a realização destas atividades, contribuir para o seu bem-estar, procurando fazer com que se sintam bem consigo próprios e em sociedade, com aqueles que os rodeiam.

No ano de 2022, tentamos voltar à rotina normal do nosso Centro de Dia, mantendo sempre as regras e cuidados necessários de segurança, como o distanciamento social, o uso de máscara e a desinfecção do material utilizado nas atividades pelos utentes nas várias salas ou no exterior.

Foi um ano muito rico e produtivo, no qual foram dinamizadas diversas atividades adaptadas aos gostos e interesses dos nossos utentes. Seguidamente, faremos um resumo das principais atividades feitas com os utentes ao longo do ano de 2022. No anexo I, no presente relatório consta uma tabela com indicação mais pormenorizada das datas em que estas atividades ocorreram.

2.2.2. ACTIVIDADES DOS UTENTES DO CENTRO DE DIA

Durante o ano de 2022, foram concretizadas diversas atividades socioculturais dirigidas aos utentes das respostas sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário. Estas atividades foram dinamizadas tendo por base o Plano Anual de Atividades apresentado e aprovado em Assembleia Geral para o ano de 2022, tendo sempre em conta a dinâmica da Instituição, os recursos existentes

Relatório de Atividades 2022



bem como os gostos, conhecimentos, capacidades e necessidades de cada utente. Procurámos inovar, implementar novas atividades e dar início a novas parceiras e projetos.

Ao longo do ano 2022 foram dinamizadas as seguintes atividades socioculturais:

- **Jornal mensal** - Após a pandemia mantivemos esta atividade, pois achamos que fazia todo o sentido continuar, uma vez que, os nossos utentes assim o pediram. Mantivemos a parceria com os jornais locais, que gentilmente nos cederam os exemplares necessários para enviarmos todos os meses para os utentes um destes jornais: Economia Social, Jornal de Sintra, Jornal Desportivo e o Correio da Linha.
- **Newsletter “Os Avós + perto de nós”** – Mantivemos o nosso o jornal mensal durante o ano de 2022 até ao mês de Julho, onde damos a conhecer algumas das atividades realizadas durante o mês bem como as principais notícias e novidades. No final entregamos um exemplar a todos os utentes de Centro de Dia e SAD e fazemos a respetiva divulgação junto dos familiares bem como nas redes sociais e site Institucional. Esperamos em 2023 retomar o nosso jornal.



- **Ateliers de Artes Visuais**, dinamizados todas as manhãs nas instalações do Centro de Dia. Mantiveram-se estas atividades de trabalhos artes visuais que englobam um leque de atividades distintas. Nestes ateliers os utentes tiveram oportunidade de contruir objetos criativos e de experimentar várias técnicas de expressão plástica (colagem, pintura, costura, origami, entre outros). As temáticas das atividades destes ateliers tiveram por base as épocas festivas e os dias comemorativos celebrados na Instituição. Nestes ateliers criaram-se objetos/produtos/decorações que foram utilizados para as vendas da Instituição, para a decoração das várias salas da Instituição e do refeitório e outras atividades;



Relatório de Atividades 2022



- **Arte terapia** - Pintura de desenhos previamente preparados ou pintura livre, por exemplo ao som de um tipo específico de música, como forma de promover a criatividade dos utentes. Por norma, esta atividade foi concretizada em alguns Ateliers de Trabalhos Manuais, dinamizados durante as manhãs;



- **Atividades da Vida Quotidiana** - Esta atividade realizada sempre que necessário no período da manhã, tornou-se um momento de descontração e divertimento para os nossos utentes, que se mostraram sempre satisfeitos em participar e colaborar com as funcionárias em pequenas tarefas do dia-a-dia, ao mesmo tempo, que treinavam as suas capacidades de motricidade fina, por exemplo, descascando favas, alhos, cebolas ou cenouras;



Treinos de bowling - Os treinos de bowling foram retomados todas as segundas - feiras, no período da tarde e tiveram como objetivo permitir a interação e socialização entre os utentes do Centro de Dia através da realização de torneios entre eles;

- **Ginásio Cerebral** – De Março a Julho de 2022, os nossos utentes tiveram também a oportunidade de experienciar as sessões inovadoras de reabilitação e estimulação cognitiva agregada a motricidade grossa, do projeto do Ginásio Cerebral Comunitário das Irmãs Hospitaleiras - Casa de Saúde da Idanha. Estas sessões, implementadas pela equipa técnica da Casa da Saúde da Idanha, foram realizadas num espaço cedido pela União das Freguesias de Sintra e treino cognitivo através do robot Pepe. Os utentes gostaram bastante destas sessões pois, para além de serem uma forma divertida de estimular o cérebro recorrendo a tecnologias inovadoras, trouxeram benefícios no seu desempenho cognitivo global e funcional;

- **Ginástica de manutenção** - Uma a duas vezes por semana, foram dinamizadas sessões de ginástica de manutenção para os utentes do Centro de Dia. Estas consistiram em práticas de atividade física, através de movimentos, simples e adaptados às características e patologias físicas dos utentes, executados ao som de músicas conhecidas pelos idosos, o que contribuiu para uma maior e melhor participação. Os movimentos eram praticados de pé e sentados, de forma mais lenta ou mais mexida e de forma individual ou a pares;



- **Tardes de cinema** – Uma vez por mês, reproduzimos um filme português do agrado dos nossos utentes, a fim de lhes proporcionar uma agradável tarde de cinema;
- **Passeios de Verão** – Retomámos os nossos passeios de Verão nos meses de Junho a Setembro. Os passeios à praia decorreram no período da tarde e tiveram bastante adesão por parte dos utentes. Através destes passeios os utentes estimularam a sua condição motora e, deste modo, juntámos a parte lúdica, social e cultural à física;



- **Dinâmicas e jogos de estimulação cognitiva** - Várias foram as dinâmicas e jogos de estimulação cognitiva, concretizadas em grande e pequeno grupo, durante todo o ano, uma vez por semana, preferencialmente às terças-feiras. Estas atividades tiveram como objetivo promover a estimulação cognitiva, minimizar o impacto do envelhecimento cerebral e possibilitar a interação entre os utentes e serviram como complemento às sessões do ginásio cerebral comunitário. Realizávamos jogos de lateralidade, os “Discos pedidos” ou “Que som é este” e recorrendo ao projetor e computador



Relatório de Atividades 2022

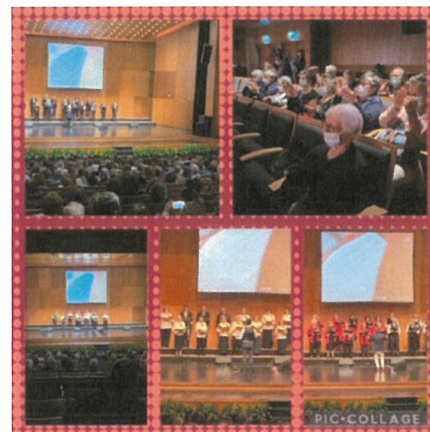


dinamizámos jogos como “Adivinha os provérbios”, o “Bingo numérico”, “Ilusão de ótica”, entre outros.

- **Passeios variados** – Ao longo do ano de 2022 realizámos vários passeios ao exterior conforme previsto no Plano de Atividades Anual. Um dos nossos grandes passeios, foi o passeio mistério de final de Verão que fomos aos Oceanário de Lisboa. Houve também outros que se concretizaram, nomeadamente a participação no ‘Laço Humano’, no âmbito da luta contra os maus tratos infantis (laço azul) em Abril, o passeio ao Santuário de Fátima em Maio, entre outros.



- **“Dias da Idade”** – O programa ‘Dias da Idade’ é um evento mensal, organizado pela Câmara Municipal de Sintra, concretizado no Centro Cultural Olga Cadaval, em Sintra e que possibilita aos utentes a participação em espetáculos musicais, apresentações de grupos corais séniores, teatro, entre tantos outros. À semelhança dos anos anteriores, ao longo do ano de 2022 os utentes do Centro de Dia usufruíram destes eventos todos os meses.



- **I Gincana Sénior** – Com o propósito de alcançar uma meta no Plano Municipal Envelhecimento Ativo e Saudável, realizámos em conjunto com a União das Freguesias de Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar e outras Instituições parceiras a I Gincana Sénior do concelho. Esta Gincana decorreu no Pavilhão do Covas de Ferro e teve a participação de várias Instituições do Concelho, assim como do grupo de Intervenção Cinotécnico da GNR que fez uma pequena demonstração com cães patrulha que os idosos adoraram. Nesta Gincana





foram dinamizados dez jogos tradicionais, onde os participantes das várias Instituições recebiam uma pontuação em cada jogo consoante o seu desempenho nesse jogo. No final, com base nas pontuações finais, foram atribuídos os tão esperados prémios às três mulheres e homens com a classificação mais elevada. Foi uma tarde muito bem passada que permitiu a interação entre os séniores das várias Instituições e que contribuiu para o envelhecimento ativo dos nossos utentes de uma forma lúdica e divertida.

- **Comemoração de efemérides e outras datas festivas** - No ano 2022 comemorámos no Centro de Dia com os nossos utentes algumas datas festivas importantes: Dia de Reis, festa de Carnaval, festa da Páscoa, o Arraial dos Santos Populares, o Dia dos Avós onde convidámos os netos dos nossos utentes para um lanche nas nossas instalações e para um baile muito animado, Passeio Mistério, o Dia de São Martinho acompanhado com castanhas, o corredor do susto no Halloween, o quadragésimo primeiro aniversário dos Avós e a Festa de Natal com convidados especiais, onde as nossas funcionárias fizeram uma surpresa aos nossos utentes, dinamizando um teatro sobre a quadra Natalícia dos tempos modernos.



2.2.3. ATIVIDADES DE ANGARIAÇÃO DE FUNDOS

2.2.3.1. I FESTIVAL DA SARDINHA

De 22 a 24 de Julho, realizámos o I Festival da Sardinha em Nafarros, nas instalações da União Desportiva Cultural de Nafarros, com a colaboração de diretores, colaboradores da Liga e voluntários de Nafarros.

A iniciativa foi promovida pela Liga dos Amigos da 3.ª Idade “Os Avós” e pela União Desportiva Cultural de Nafarros e conta com o apoio da Câmara Municipal de Sintra de Sintra e União das Freguesias de Sintra.



2.2.3.2. IV FESTIVAL DO CARACOL

De 27 a 31 de Julho realizámos o 5º Festival do Caracol em Nafarros, nas instalações da União Desportiva Cultural de Nafarros. Trata-se do maior certame do concelho de Sintra inteiramente dedicado aos amantes desta iguaria. Além da gastronomia, o Festival do Caracol conta, ainda, com artesanato e animação musical.

A iniciativa é promovida pela Liga dos Amigos da 3.ª Idade “Os Avós” e pela União Desportiva Cultural de Nafarros, e conta com o apoio da Câmara Municipal de Sintra de Sintra, União das Freguesias de Sintra.



2.2.3.3. VENDA DE NATAL

A venda de Natal, atividade que procura ser uma mostra dos trabalhos realizados pelos utentes durante o ano, é também um importante meio de angariação de fundos. No ano findo, a venda de Natal concretizou-se na loja cedida pelo ISCE, durante o período de 01 a 23 de Dezembro. Colaboraram na Venda de Natal diretores e colaboradores da Instituição.

2.2.4. DIFICULDADES ENCONTRADAS

À semelhança de anos anteriores foi necessário efetuar ajustes e adaptações ao Plano de Atividades proposto para o ano de 2022, uma vez que algumas atividades se encontravam sujeitas a confirmação e ajustamento de datas para a sua realização. Podemos também verificar a realização de atividades programadas em meses diferentes e a substituição de ações calendarizadas por outras que vieram a revelar-se mais interessantes, mais oportunas ou simplesmente novas atividades que surgiram do intercâmbio com outras Instituições ou a convite da Câmara Municipal de Sintra, União das Freguesias ou outras Entidades.

Apesar de todos os constrangimentos, entendemos ter conseguido alcançar os objetivos propostos, mantendo o nosso plano de atividades e as temáticas nele apresentadas e adequando-o à realidade vivida.

Relatório de Atividades 2022



3 - PROTOCOLOS, PROJECTOS, EQUIPAMENTOS E OBRAS

3.1. PROTOCOLOS

Mantiveram-se em funcionamento os protocolos assinados nos anos anteriores com as empresas:

- Futura Visão Óptica, Sintra;
- CINTRAMÉDICA, Lda.;
- Funerária de S. João das Lampas;
- Opticlinic Sintra;
- Farmácia Catela Tavares;
- Ouvir, Aparelhos auditivos, Lda.

3.2. EQUIPAMENTOS

Durante o ano de 2022 foram adquiridos novos equipamentos, nomeadamente:

- Um gerador;
- Um computador para a secretaria;
- Duas bombas para a fossa;
- Aquecedores;
- Uma nova central de intrusão de alarme.

3.3 OBRAS/REPARAÇÕES

No mês de Fevereiro foi colocada a rampa metálica de acesso ao primeiro piso.

Em Dezembro foi acordado com os proprietários do terreno vizinho, em Julgado de Paz, a reparação do muro e deu-se início à obra ainda durante esse mês.

4 - PESSOAL

4.1. MOVIMENTO

No que se refere ao pessoal, em 2022 foram admitidos e desvinculados os seguintes funcionários, referenciados nos quadros IV e V.

Relatório de Atividades 2022



QUADRO IV

FUNCIONÁRIOS ADMITIDOS

NOME	CATEGORIA	ADMISSÃO
João Pereira	Cozinheiro 3ª	07/03/2022
Graziela Oliveira	Ajudante Acção Directa 3ª	17/03/2022
Patrícia Figueiras	Ajudante Acção Directa 3ª	22/03/2022
Ana Margarida Vassalo	Ajudante Acção Directa 3ª	06/04/2022
Luane Martins	Ajudante Acção Directa 3ª	02/05/2022
Soraia Lima	Ajudante Acção Directa 3ª	23/05/2022
Maria Elena Satim	Cozinheira 3ª	01/06/2022
Cláudia Matos	Ajudante Acção Directa 3ª	08/07/2022
Guadalupe Medeiros	Ajudante Acção Directa 3ª	08/08/2022
Ana Paula Varela	Ajudante Acção Directa 3ª	02/11/2022
Ana Isabel Rato	Ajudante Acção Directa 3ª	02/12/2022

QUADRO V

FUNCIONÁRIOS DESVINCULADOS

NOME	CATEGORIA	DATA DA DESVINCULAÇÃO	MOTIVO
João Pereira	Cozinheiro 3ª	11/03/2022	Denúncia dentro do período experimental
Carla Godinho	Cozinheira 3ª	13/04/2022	Iniciativa do trabalhador
Inês Silvestre	Ajudante Acção Directa 1ª	26/04/2022	Iniciativa do trabalhador
Ariana Silva	Ajudante Acção Directa 3ª	07/05/2022	Caducidade do contrato de trabalho
Luane Martins	Ajudante Acção Directa 3ª	13/05/2022	Denúncia dentro do período experimental
Ana Paula Zombo	Cozinheira 1ª	30/06/2022	Iniciativa do trabalhador
Patrícia Figueiras	Ajudante Acção Directa 3ª	11/07/2022	Caducidade do contrato de trabalho
Graziela Oliveira	Ajudante Acção Directa 3ª	11/08/2022	Caducidade do contrato de trabalho
Cláudia Matos	Ajudante Acção Directa 3ª	04/10/2022	Denúncia dentro do período experimental
Soraia Lima	Ajudante Acção Directa 3ª	22/11/2022	Caducidade do contrato de trabalho



4.2. FORMAÇÃO PROFISSIONAL

A Liga promoveu a participação dos colaboradores dos diversos sectores de atividade em ações de formação profissional de acordo as necessidades formativas identificadas. Os nossos funcionários participaram em 30 ações de formação (externas através do regime on-line e presencial e internas através de sensibilizações em contexto laboral) que se traduziram num total de 450 horas de formação profissional sobre os seguintes temas:

- Programa “Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável;
- Certificado Europeu para a Prestação de Cuidados;
- A Segurança do Profissional;
- Transferências e Ajudas Técnicas;
- Movimento e Animação;
- Comunicação e Cuidados em Fim de Vida;
- Cuidados à Pessoa idosa com Diabetes;
- A Sobrecarga do Cuidador Profissional;
- Direito do Trabalho;
- As funções da Direção Técnica – Enquadramento e Implicações;
- Boas Práticas de Segurança Alimentar e Documentos Obrigatórios;
- Evacuação de Edifícios;
- Segurança Contra Incêndios;
- Capacitação de Profissionais das IPSS que prestam Cuidados;
- Equipamentos de Trabalho;
- Transferências em Pessoas com Incapacidade;
- Primeiros Socorros Geriátricos;
- Liderança e Motivação de Equipas;
- Liderança e Inteligência Emocional Baseado em Mindfulness;
- Redes Sociais;

Relatório de Atividades 2022



- Ferramentas “META” (facebook e Instagram para instituições do Setor Social;
- Atendimento Humanizado À Pessoa Idosa;

5 - PARTICIPAÇÃO DE VOLUNTÁRIOS E ESTAGIÁRIOS

No ano de 2022, a Liga contou com a colaboração de alguns voluntários que, graças à sua solidariedade e boa vontade, desempenharam funções muito importantes para a Instituição:

- Maria Helena Domingas: apoio em tarefas desenvolvidas na cozinha e no refeitório cinco vezes por semana;
- Maria Catarina Matos de Oliveira: apoio nas atividades de marketing digital (comunicação interna e externa da Instituição - 1 vez por mês)

No que se refere às habituais parcerias com estabelecimentos educativos e IEFP, no ano 2022 acolhemos estagiários de várias áreas formativas, o que é sintetizado no quadro seguinte:

CURSO	NOME(S)	ESTABELECIMENTO DE ENSINO	Nº HORAS ESTÁGIO/DURAÇÃO
Técnico Auxiliar de Saúde	Matilde Borges e Luane Kazaku	Agrupamento Escolas Monte da Lua - Escola Secundária de Santa Maria - Sintra	140h
Técnico de Apoio Psicossocial	Kamilly Pernas e Sara Bogorim	Agrupamento Escolas Monte da Lua - Escola Secundária de Santa Maria - Sintra	6 meses
Técnico Auxiliar de Saúde	Guilherme Pereira	Agrupamento Escolas Monte da Lua - Escola Secundária de Santa Maria - Sintra	140h
Curso Música na Comunidade”	Daniela Bojan	Licenciatura de Música na comunidade da Escola Superior de Educação e escola Superior de Música	4 meses
Agente em Geriatria	Tânia Sousa	Centro de Emprego e Formação Profissional de Sintra do IEFP	120h



6- APOIO DE SUPERMERCADOS

À semelhança do ano passado, o Pingo Doce da Cavaleira continuou a apoiar-nos com a entrega de produtos alimentares, três vezes por semana (2^a/3^a/5^a) e, a partir do mês de Maio o Pingo Doce da Portela de Sintra passou igualmente a apoiar a nossa instituição (2^a/4^a/6^a).

Manteve-se igualmente o apoio dado pelo Continente de Lourel com entrega de produtos 3 vezes por semana (4^a/5^a/6^a).

Referimos que, como no caso do Banco Alimentar, também estes alimentos são contabilizados.

7 - DADOS CONTABILÍSTICOS

Anexam-se os mapas de «Balanço», «Resultados por Valências», «Demonstração de Resultados por Valências» e o «Anexo ao Balanço e à Demonstração de Resultados» que fazem parte integrante da conta de gerência de 2022.

Da análise das contas, observa-se que os proveitos foram suficientes para fazer face ao aumento dos custos.

Foi possível fazer face aos custos pelo apoio obtido de diversas instituições, designadamente a Câmara Municipal de Sintra, União de Freguesias de Sintra, supermercados Continente e Pingo Doce, Banco Alimentar, Entrajuda, diversos donativos de particulares e consignações de IRS.

De tudo isto, resulta em 2022, um *cash flow* positivo de 26.040,70€.

Numa perspectiva de garantir a sustentabilidade da Liga, impõe-se que continuem a ser encontradas soluções no sentido de incrementar os proveitos, não esquecendo a necessidade da constante gestão de custos.

Evolução nos últimos cinco anos

	2022	2021	2020	2019	2018
PROVEITOS					
Mensalidades	268.549,66	225.591,57	206.644,85	236.765,69	241.158,15
Subsídios à Exploração	310.838,54	283.939,84	248.814,69	189.927,93	179.920,17
Outros	27.272,06	14.364,96	53.628,76	107.434,75	102.465,76
Sub-total	606.660,26	523.896,37	509.088,30	534.128,37	523.544,08

Relatório de Atividades 2022



CUSTOS					
Alimentação	104.363,93	94.494,99	97.002,31	112.197,66	104.801,56
Fornec Serviços Externos	109.849,67	96.118,08	84.728,43	84.320,46	108.725,00
Custos c/ Pessoal	339.487,09	288.501,17	297.248,76	281.198,74	272.125,01
Outros	8.545,33	2.002,92	2.131,57	1.853,21	2.259,42
Sub-total	562.246,02	481.117,16	481.111,07	479.570,07	487.910,99
RESULTADO [antes depreciações (*)]	44.414,24	42.779,21	27.977,23	54.558,30	35.633,09
Amortizações	18.373,54	16.910,10	23.397,79	26.717,38	27.562,46
Imparidades					
RESULTADO FINAL	26.040,70	25.869,11	4.579,44	27.840,92	8.070,63

(*) Cashflow

8- DIVERSAS ACÇÕES

Embora de forma modesta, tendo em atenção as muitas carências internas, continuou a dar expressão ao programa «Direito à Alimentação», da responsabilidade da Câmara Municipal de Sintra.

9 – AGRADECIMENTOS

Às entidades oficiais, aos utentes, aos particulares, aos voluntários, aos funcionários e a todos os associados queremos manifestar o nosso agradecimento pela colaboração prestada ao longo de 2022, em todas as atividades que realizámos, mas queremos destacar, em particular, o apoio prestado pelas seguintes entidades:

- Câmara Municipal de Sintra;
- União das Freguesias de Sintra (Santa Maria e S. Miguel, S. Martinho e S. Pedro de Penaferrim);
- Banco Alimentar Contra a Fome;
- Entrajuda;
- Banco de Bens Doados;
- Entidades com quem mantemos protocolos de cooperação;
- Pingo Doce;
- Sonae;

Relatório de Atividades 2022



- Particulares

Sintra, 31 de Março de 2023

A DIRECÇÃO



ANEXO I

ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS

ATIVIDADE	DATA DE REALIZAÇÃO
Janeiro	
Artes Visuais: Pintura dos Reis Magos	De 03 a 06 de Janeiro
Desportiva – Jogos de Mesa	De 03 a 06 de Janeiro
Comemoração do Dia dos Reis (envio de bolo rei)	06 de Janeiro
Artes Decorativas – Postal do Obrigado	17 de Janeiro
Estimulação Cognitiva – Descubra as galochas	18 de Janeiro
Estimulação Cognitiva – Diferenças de Inverno	18 de Janeiro
Artes Visuais – Pinturas de Inverno	18 de Janeiro
Expressão Plástica – Corações entrelaçados	31 de Janeiro
Fevereiro	
Estimulação Cognitiva – Jogo dos pares	01 de Fevereiro
Artes Visuais – Pintura da namoradinha	02 de Fevereiro
Expressão Plástica – Corações entrelaçados	De 03 a 04 de Fevereiro
Artes Visuais – Pintura da namoradinho	07 de Fevereiro
Estimulação Cognitiva – sopa de imagens	08 de Fevereiro
Expressão Plástica – Corações em lâ	De 10 a 11 de Fevereiro
Desportiva – Jogo dos Sexos (Homens versus Mulheres)	De 14 a 18 de Fevereiro
Estimulação Cognitiva - diferenças	14 de Fevereiro
Expressão Plástica – Máscaras gigantes de cartão	De 15 a 16 de Fevereiro
Estimulação Cognitiva – Bingo do Amor	17 de Fevereiro
Estimulação Cognitiva e Motora – Quizz de Balões	21 de Fevereiro
Festa de Carnaval	28 de Fevereiro
Março	
Estimulação Cognitiva – Pinte as imagens iguais	De 02 a 03 de Março
Expressão Musical – percussão em Grupo	03 de Março
Grafomotricidade - Pássaro	07 de Março

Relatório de Atividades 2022



Dia Internacional da Mulher	08 de Março
Expressão plástica – pintura de andorinha	09 de Março
Artes Decorativas - Borboletas	De 10 a 11 de Março
Projecto Intergeracional - Postal amigo	De 14 a 15 de Abril
Estimulação Cognitiva – Descobre a sombra	15 de Março
Estimulação Cognitiva – Recorta e cola imagens de primavera	De 16 a 18 de Março
Ação de Sensibilização SMAS - Reciclar	21 de Março
Preparação dos presentes da Páscoa	De 21 a 31 de Março
Abril	
Quotidianas – Assembleia Geral	01 de Abril
Artes Decorativas - Bonecas do Bem	De 04 a 29 de Abril
Expressão Plástica – Vitral de Ovos	05 de Abril
Ação de Sensibilização sobre Tensão Arterial	07 de Abril
Expressão Plástica Sensorial – Girassol	08 de Abril
Artes Visuais – Pintura padrão de um ovo	11 de Abril
Lúdica e Recreativa – Teatro de Robertos	12 de Abril
Festa da Páscoa	14 de Abril
Workshop Bonecas do Bem	14 de Abril
Ação de Sensibilização sobre Serviços Públicos Essenciais	18 de Abril
Quotidianas – Descascar Favas	18 de Abril
Projecto Intergeracional - Postal amigo	19 de Abril
Lúdica e Recreativa – Laço Humano	29 de Abril
Maió	
Artes Visuais - Simetria	02 de Maio
Expressão plástica – Boneca da Primavera	De 05 a 09 de Maio
Artes Visuais – Pintura Padrão de pássaros	11 de Maio
Estimulação Cognitiva – Puzzle de peixe	16 de Maio
Artes Musicais – Ensaíos para a Ode aos Avós	19 e 26 de Maio
Estimulação Cognitiva e motora – imagens antigas e actuais	20 de Maio
Cultural e Religiosa – Visita ao Santuário de Fátima	25 de Maio

Relatório de Atividades 2022



Quotidianas – Apanhar a espiga	26 de Maio
Junho	
Expressão Plástica – Pintura com dupla identidade	02 de Junho
Expressão plástica – criação de cravos e mangericos	06 a 13 de Junho
Lúdico e Recreativas – Ode aos Avós	07 de Junho
Tarde de Cinema – “Fado a história de um Povo”	09 de Junho
Quotidianas – Passeios de Verão	14, 17 e 24 de Junho
Estimulação Cognitiva – Gelados Coloridos	21 de Junho
Lúdico e Recreativas – Arraial dos Santos Populares	28 de Junho
Ação de sensibilização SMAS – jogo da água	24 de Junho
Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo – envelhecimento ativo e prevenção da demência	08 de Junho
Expressão plástica – enfeites dos Santos Populares (balões)	16 a 24 de Junho
Arraial dos Santos populares	25 de Junho
Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo – Considerações para um envelhecimento ativo e saudável	28 de Junho
Julho	
Expressão Plástica – Dia Mundial do Chocolate	07 de Julho
Artes Decorativas – Arco Iris solidário	De 04 a 06 de Julho
Estimulação Cognitiva – cadeados coloridos	12 de Julho
Estimulação Cognitiva – sopa de imagens	14 de Julho
Lúdico e Recreativo – Festa da Sardinha	22 de Julho
Festa do Dia dos Avós com os netos	26 de Julho
Estimulação Cognitiva - lateralidade	29 de Julho
Agosto	
Estimulação Cognitiva – Bingo Numérico	12 e 19 de Agosto
Lúdica e Recreativa – Passeios de Verão	23 e 30 de Agosto
Estimulação Cognitiva – “Adivinha Quem sou?”	23 de Agosto
Expressão Plástica – Mosaico com aguarela	De 24 a 25 de Agosto
Artes Decorativas – Barcos à Vela	De 25 a 26 de agosto
Desportiva – Tiro ao Alvo Pendurado	26 de Agosto

Relatório de Atividades 2022



Estimulação Cognitiva – Sopa de Imagens	29 de Agosto
Setembro	
Passeio ao Oceanário	Dia 13, 19 e 20 de Setembro
Quotidiana – Dia do Petisco	06 de Setembro
Desportiva – Jogo da Lata	07 de Setembro
Artes Visuais – Roupas de Verão	08 de Setembro
Desportiva – Jogo do Pneu	14 de Setembro
Expressão Plástica – Árvore de Verão	12 de Setembro
Estimulação Cognitiva – Abóboras de diversos Tamanhos	15 de Setembro
Estimulação Cognitiva – Sopa de Imagens	19 de Setembro
Expressão Plástica – uvas pintadas com cotonetes	26 de Setembro
Desportiva – Jogo do Alvo	08 e 26 de Setembro
Outubro	
Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo – I Gincana Sénior	04 de Outubro
Artes Decorativas - Boneco 3D	De 06 a 11 de Outubro
Expressão Plástica – Espantalho	De 12 a 15 de Outubro
Estimulação Visuais – Bruxa 3D	20 de Outubro
Artes Decorativas – Vassouras de Bruxa	De 21 a 28 de Outubro
Expressão Plástica – Bolas de Neve e Boneco de Neve	De 24 a 25 de Outubro
Época Festiva – comemorar o Halloween (Corredor do Susto)	31 de Outubro
Novembro	
Artes Decorativas – Enfeitar a sede para o Natal	De 02 a 07 de Novembro
Quotidianas – Cortar castanhas para o São Martinho	10 de Novembro
Tarde de Cinema – Aldeia da Roupas Brancas	10 de Novembro
Época Festiva - Comemoração do S. Martinho	11 de Novembro
Comemoração do 41º Aniversário “os Avós “	16 de Novembro
Quotidianas – Assembleia Eleitoral	14 de Novembro
Artes Decorativas – Pintura de vasos natalícios	De 18 Novembro
Artes Visuais e Decorativas – Enfeites de Natal para o Reino Natal	De 21 a 28 de Novembro
Quotidianas – Assembleia Geral	29 de Novembro

Relatório de Atividades 2022



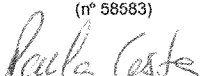
Dezembro	
Venda de Natal	01 de Dezembro até 23 Dezembro
Artes Decorativas – Enfeitar Grinaldas	De 05 a 06 de Dezembro
Grafomotricidade – Bola e árvore de Natal	De 13 a 14 de Dezembro
Expressão Plástica – Mosaico de Natal (Árvore de Natal)	De 14 a 15 de Dezembro
Festa de Natal	16 de Dezembro
Quotidianas – simulacro	22 de Dezembro
Estimulação Cognitiva – Puzzle de Inverno	27 de Dezembro
Estimulação Cognitiva – Bingo Numérico	07 e 28 de Dezembro
Quotidianas – Assembleia Geral	29 de Dezembro

BALANÇO INDIVIDUAL EM 31 DE DEZEMBRO DE 2022

EUR

RUBRICAS	DATAS		
	2022	2021	2020
ACTIVO			
Activo não corrente			
Activos fixos tangíveis	239.645,50	243.874,04	238.034,14
Propriedades de investimento	0,00	0,00	0,00
Trespasse (goodwill)	0,00	0,00	0,00
Activos intangíveis	0,00	0,00	0,00
Participações financeiras - método da equivalência patrimonial	0,00	0,00	0,00
Investimentos em curso	46.955,68	3.351,73	0,00
Outros investimentos financeiros	0,00	2.433,49	184,07
Créditos a receber	2.972,84	0,00	2.065,67
Activos por impostos diferidos	0,00	0,00	0,00
	289.574,02	249.659,26	240.283,88
Activo corrente			
Inventários	853,56	1.097,62	131,07
Clientes	2.978,43	1.806,41	0,00
Adiantamentos a fornecedores	0,00	0,00	0,00
Estado e outros entes públicos	3.785,97	6.697,02	5.795,34
Accionistas/sócios	0,00	0,00	0,00
Outras contas a receber	0,00	0,00	166,65
Diferimentos	3.173,97	1.428,31	511,73
Activos financeiros detidos para negociação	0,00	0,00	0,00
Outros activos financeiros	0,00	0,00	0,00
Outros activos correntes	6.868,25	443,30	0,00
Caixa e depósitos bancários	96.971,39	92.677,48	88.630,23
	114.631,57	104.150,14	95.235,02
Total do Activo	404.205,59	353.809,40	335.518,90

CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO			
Capital próprio			
Capital subscrito	46.340,49	46.340,49	46.340,49
Acções (quotas) próprias	0,00	0,00	0,00
Reservas legais	0,00	0,00	0,00
Outras reservas	675,00	675,00	675,00
Outras variações no capital próprio	0,00	0,00	0,00
Resultados transitados	121.309,83	95.866,41	86.833,56
Ajustamentos/Outras variações no capital próprio	138.305,14	143.252,94	148.200,74
	306.630,46	286.234,84	282.049,79
Resultado líquido do período	26.040,70	25.869,11	4.579,44
Interesses que não controlam	0,00	0,00	0,00
Total do capital próprio	332.671,16	312.103,95	286.629,23
Passivo			
Passivo não corrente			
Provisões	0,00	0,00	0,00
Financiamentos obtidos	0,00	0,00	1.943,73
Outras contas a pagar	0,00	0,00	0,00
	0,00	0,00	1.943,73
Passivo corrente			
Fornecedores	642,00	4.200,57	5.711,33
Adiamento de Clientes	0,00	900,16	2.605,16
Estado e outros entes públicos	7.874,06	6.795,16	5.769,28
Accionistas/sócios	0,00	0,00	0,00
Financiamentos obtidos	0,00	0,00	0,00
Outras contas a pagar	63.018,37	29.809,56	32.860,17
Outros passivos correntes	0,00	0,00	0,00
Diferimentos	0,00	0,00	0,00
	71.534,43	41.705,45	46.945,94
Total do passivo	71.534,43	41.705,45	48.889,67
Total do capital próprio e do passivo	404.205,59	353.809,40	335.518,90

A Técnica Oficial de Contas
(nº 58583)

A Gerência

PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2022

RENDIMENTOS E GASTOS	Valências		
	CENTRO DIA – 55,60%	APOIO DOMICILIÁRIO – 44,40%	2022
Vendas e serviços prestados	149 313,61	119 236,05	268 549,66
Subsídios à exploração	172 826,23	138 012,31	310 838,54
Trabalhos para a própria entidade	0,00	0,00	0,00
Custo mercadorias vendidas e matérias consumidas	-58 026,35	-46 337,58	-104 363,93
Fornecimentos e serviços externos	-61 076,42	-48 773,25	-109 849,67
Gastos com o pessoal	-188 754,82	-150 732,27	-339 487,09
Imparidade (perdas/reversões)	0,00	0,00	0,00
Provisões (aumentos/reduções)	0,00	0,00	0,00
Outros rendimentos e ganhos	15 157,97	12 104,57	27 262,54
Outros gastos e perdas	-4 742,60	-3 787,25	-8 529,85
	0,00	0,00	
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos	24 697,63	19 722,57	44 420,20
	0,00	0,00	
Gastos/reversões de depreciação e de amortização	-10 215,69	-8 157,85	-18 373,54
	0,00	0,00	
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)	14 481,94	11 564,72	26 046,66
	0,00	0,00	
Juros e rendimentos similares obtidos	5,29	4,23	9,52
Juros e gastos similares suportados	-8,61	-6,87	-15,48
	0,00	0,00	
Resultado antes de impostos	14 478,63	11 562,07	26 040,70
	0,00	0,00	
Imposto sobre o rendimento do período	0,00	0,00	0,00
	0,00	0,00	
Resultado líquido do período	14 478,63	11 562,07	26 040,70

LIGA DOS AMIGOS DA TERCEIRA IDADE “OS AVÓS”
RESULTADOS POR VALÊNCIAS

ANO 2022		VALÊNCIAS		
CONTAS	DESIGNAÇÃO	CENTRO DIA – 55,60%	APOIO DOMICILIÁRIO – 44,40%	SOMA
72	Prestações de Serviços	149 313,61	119 236,05	268 549,66
721	Mensalidades	149 313,61	119 236,05	268 549,66
75	Comparticipações Subsídios Exploração	172 826,23	138 012,31	310 838,54
751	De Entidades Públicas	,00	,00	,00
75111	Instituto Segurança Social	147 107,75	117 474,53	264 582,28
75112	Câmara Municipal Sintra	9 374,16	7 485,84	16 860,00
753	Doações	,00	,00	,00
7531	Estado e Entes Públicos	,00	,00	,00
7532	Sector Empresarial	15 222,17	12 155,84	27 378,01
7533	Particulares	1 122,15	896,10	2 018,25
78	Outros rendimentos e Ganhos	15 157,97	12 104,57	27 262,54
781	Rendimentos Suplementares	2 485,79	1 985,06	4 470,85
782	Descontos p.p. Obtidos	5,13	4,09	9,22
784	Ganhos em inventários	,00	,00	,00
7871	Alienação Ativos	,00	,00	,00
7873	Rendas Imóvel	2 296,38	1 833,80	4 130,18
7883	Imputação sub Investimento	2 750,98	2 196,82	4 947,80
788	Outros	7 619,70	6 084,79	13 704,49
79	Juros e Out. Rendimentos similares	5,29	4,23	9,52
791	Juros obtidos de depósitos	5,29	4,23	9,52
TOTAL DOS PROVEITOS		337 303,10	269 357,16	606 660,26
61	Custo Merc.Vendas Mat. Consumidas	58 026,35	46 337,58	104 363,93
616	Géneros Alimentares	58 026,35	46 337,58	104 363,93
62	Fornecimentos e Serviços Externos	61 076,42	48 773,25	109 849,67
6221	Trabalhos especializados	5 336,53	4 261,54	9 598,07
6222	Publicidade e Propaganda	474,61	379,01	853,62
6225	Comissões	54,34	43,39	97,73
6226	Conservação e reparação	9 727,78	7 768,23	17 496,01
6227	Serviços bancários	29,62	23,65	53,27
623	Materiais	8 084,55	6 456,01	14 540,56
624	Energia e Fluidos	17 012,79	13 585,75	30 598,54
625	Deslocações, Estadas e transportes	244,61	195,33	439,94
626	Serviços diversos	20 111,59	16 060,34	36 171,93
63	Custos c/ Pessoal	188 754,82	150 732,27	339 487,09
6321/3	Remunerações certas	150 501,04	120 184,28	270 685,32
635	Encargos s/remunerações	34 552,15	27 592,01	62 144,16
636	Seguro Acidentes Trabalho	2 157,15	1 722,62	3 879,77
638	Outros Custos c/pessoal	1 544,48	1 233,36	2 777,84
64	Amortizações	10 215,69	8 157,85	18 373,54
641	Propriedades de investimento	3 438,72	2 746,02	6 184,74
642	Ativos fixos	6 776,97	5 411,83	12 188,80
68	Outros Gastos e Perdas	4 742,60	3 787,25	8 529,85
69	Gastos e Perdas de financiamento	8,61	6,87	15,48
TOTAL DOS CUSTOS		322 824,48	257 795,08	580 619,56
81	Resultados Líquido	14 478,63	11 562,07	26 040,70

LIGA DOS AMIGOS DA TERCEIRA IDADE
OS AVÓS
ASSOCIAÇÃO PARTICULAR DE SOLIDARIEDADE SOCIAL
NIPC: 501324887
Av. José Estêvão Morais Sarmiento, 8
2710-583 Sintra

ANEXO AO BALANÇO E À DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS – ESNL

EXERCÍCIO DE 2022

1 – IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE

1.1 – DESIGNAÇÃO

LIGA DOS AMIGOS DA TERCEIRA IDADE “OS AVÓS”
Pessoa Coletiva nº 501324887

1.2 – SEDE

Av. José Estêvão Morais Sarmento, 8
2710-583 Sintra

1.3 – ATIVIDADE

Assistência à terceira idade.

2 – REFERENCIAL CONTABILÍSTICO

2.1 – Referencial contabilístico de preparação das demonstrações financeiras:

As demonstrações financeiras foram preparadas de acordo com o regime da norma contabilística e de relato financeiro para Entidade de Sector Não Lucrativo (ESNL), aprovado pelo Decreto-Lei nº 36-A/2011 de 9 de Março.

2.2 – Indicação e comentário das contas do balanço e da demonstração de resultados cujos conteúdos não sejam comparáveis com os do exercício do ano anterior ou em que tenham as disposições do ESNL sido derrogadas:

O Balanço e a Demonstração de Resultados referentes ao exercício de 2022 incluídos nas demonstrações financeiras, estão apresentados de acordo com o regime de normalização contabilística aplicado ao exercício de 2021, pelo que os conteúdos dos dois exercícios são comparáveis.
Não foram derrogadas quaisquer disposições do ESNL.

3 – PRINCIPAIS POLÍTICAS CONTABILÍSTICAS

3.1 – Bases de mensuração usadas na preparação das demonstrações financeiras:

As demonstrações financeiras foram preparadas a partir dos registos contabilísticos, de acordo com as normas contabilísticas e de relato financeiro.

Os Ativos Fixos Tangíveis encontram-se registados pelo método do custo, deduzido das correspondentes depreciações. As restantes contas encontram-se também registadas pelo método do custo.

3.2 – Outras políticas contabilísticas

Nada a referir.

4 – POLÍTICAS CONTABILÍSTICAS, ALTERAÇÕES NAS ESTIMATIVAS CONTABILÍSTICAS E ERROS

4.1 – Alterações de políticas contabilísticas:

Nada a referir.

4.2 – Alterações nas estimativas contabilísticas:

Nada a referir.

5 – ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS

5.1 – Critério de mensuração utilizado:

Os anos de vida útil e as correspondentes taxas de depreciação utilizadas foram as que constam no Decreto-Regulamentar 25/2009 de 14 de Setembro pelo método das quotas constantes.

Quantia escriturada bruta e variações entre o início e fim do período

	Terrenos e Recursos naturais	Edifícios e Outras Construções	Equipamento Básico	Equipamento Transporte	Equipamento Administrativo	Outros Ativos Fixos Tangíveis	SOMA
Valor Bruto inicial	14.340,44	370.970,61	88.167,68	127.055,20	21.292,53	159.531,36	781.357,82
Depreciações iniciais	,00	193.307,92	74.417,76	99.444,49	21.292,53	149.021,08	537.483,78
Valor Líquido Inicial	14.340,44	177.662,69	13.749,92	27.610,71	,00	10.510,28	243.874,04
Mov. Do Exercício:							,00
-Aquisições			14.145,00				14.145,00
-Outras Adições							,00
-Alienações							,00
-Abates							,00
-Outras Diminuições							,00
-Transf. AFT em Curso							,00
-Outras Transferências							,00
-Depreciações Exercício		6.184,74	6.126,93	2.904,02	,00	3.157,85	18.373,54
-Dimin. Depreciações							,00
Depreciações Finais	,00	199.492,66	80.544,69	102.348,51	21.292,53	152.178,93	555.857,32
Valor Bruto Final	14.340,44	370.970,61	102.312,68	127.055,20	21.292,53	159.531,36	795.502,82
Valor Líquido Final	14.340,44	171.477,95	21.767,99	24.706,69	,00	7.352,43	239.645,50

5.2 – Restrições à titularidade dos Ativos

Nada a referir.

6 – ATIVOS FIXOS INTANGÍVEIS

Nada a referir.

7 – LOCAÇÕES – QUANTIA ESCRITURADA BRUTA/DEPRECIAÇÕES ACUMULADAS

Não houve movimentos desta natureza.

8 – EMPRÉSTIMOS OBTIDOS

8.1 – Política contabilística adotada nos custos dos empréstimos obtidos:

Não houve movimentos desta natureza.

8.2 – Quantia dos custos de empréstimos obtidos capitalizáveis durante o período:

Não houve movimentos desta natureza.

9 – APURAMENTO DO CUSTO DAS MERCADORIAS VENDIDAS E MATÉRIAS CONSUMIDAS

DESCRIÇÃO	MERCADORIAS	MAT PRIMAS E SUBS E CONSUMO	SOMA
Inventário Inicial	,00	1.097,62	1.097,62
Compras	,00	104.119,87	104.119,87
Reclassificação e Regularizações	,00	,00	,00
Inventário Final	,00	853,56	853,56
CMV/MC	,00	104.363,93	104.363,93

10 – RÉDITOS

Repartição do valor líquido dos proveitos:
Ver anexo.

11 – PROVISÕES

Nada a referir.

12 – SUBSÍDIOS DO GOVERNO NO EXERCÍCIO

Foram recebidos este ano apoios em valor muito reduzido no âmbito da pandemia, do Instituto Apoio Inovação.

13 – EFEITOS DE ALTERAÇÕES EM TAXAS DE CâMBIO

Nada a referir.

14 – IMPOSTO SOBRE O RENDIMENTO

Isento de imposto nos termos do Artº 10º do Código do Imposto Sobre o Rendimento de Pessoas Colectivas.

15 – INSTRUMENTOS FINANCEIROS

DESIGNAÇÃO	2022	2021	%
Caixa	2.368,41	3.375,47	-29,83
Depósitos à Ordem	5.602,98	5.302,01	5,68
Depósitos a Prazo	89.000,00	84.000,00	5,95
SOMA	96.971,39	92.677,48	4,63

16 – BENEFÍCIOS DOS EMPREGADOS

O número de trabalhadores remunerados a 31 de Dezembro/2022, num total de 22, estavam distribuídos da seguinte forma:

- Efetivos 20
- Contratados 2

17 – DIVULGAÇÕES EXIGIDAS POR OUTROS DIPLOMAS LEGAIS

Nada a referir.

CONCLUSÃO:

Da análise das contas, observa-se que os proveitos foram suficientes para fazer face ao aumento dos custos. Foi possível fazer face aos custos pelo apoio obtido de diversas instituições, designadamente a Câmara Municipal de Sintra, Banco Alimentar, supermercados Pingo Doce e Continente, diversos donativos particulares.

De tudo isto, resulta em 2022, um cash flow positivo de 26.040,70€.

Numa perspectiva de garantir a sustentabilidade da Liga, impõe-se que continuem a ser encontradas soluções no sentido de incrementar os proveitos, não esquecendo a necessidade da constante gestão de custos.

Quantia escriturada bruta e variações entre o início e fim do período

	Terrenos e Recursos naturais	Edifícios e Outras Construções	Equipamento Básico	Equipamento Transporte	Equipamento Administrativo	Outros Ativos Fixos Tangíveis	SOMA
Valor Bruto inicial	14 340,44	370 970,61	88 167,68	127 055,20	21 292,53	159 531,36	781 357,82
Depreciações iniciais	,00	193 307,92	74 417,76	99 444,49	21 292,53	149 021,08	537 483,78
Valor Líquido Inicial	14 340,44	177 662,69	13 749,92	27 610,71	,00	10 510,28	243 874,04
Mov. Do Exercício:							,00
-Aquisições	14 145,00						14 145,00
-Outras Adições							,00
-Alienações							,00
-Abates							,00
-Outras Diminuições							,00
-Transf.AFT em Curso							,00
-Outras Transferências							,00
-Depreciações Exercício	6 184,74						18 373,54
-Dimin. Depreciações							,00
Depreciações Finais	,00	199 492,66	80 544,69	102 348,51	21 292,53	152 178,93	555 857,32
Valor Bruto Final	14 340,44	370 970,61	102 312,68	127 055,20	21 292,53	159 531,36	795 502,82
Valor Líquido Final	14 340,44	171 477,95	21 767,99	24 706,69	,00	7 352,43	239 645,50