

LAR DE SELMES

Alcaria . Selmês . Vidigueira



Estrutura Residencial

Para Pessoas Idosas

Envelhecer é perder a autonomia. É perder, progressiva e cada vez mais acentuadamente, a capacidade de cuidar de si próprio sem o auxílio de outros, por razões que se prendem, no essencial, com a limitação progressiva de controlar as suas capacidades físicas e o seu próprio comportamento, por motivos associados à idade avançada (Hesse, 2006)

Jaime Silva (IESF)

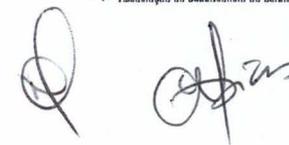
Plano de Atividades

Ano 2023

Adélia Dias

1

1 de fevereiro de 2023



Nota Introdutória

A Associação de Beneficência de Selmes e Alcária, como Instituição Particular de Solidariedade Social, com sede no Rossio 1º de Maio em Selmes, tem como fim, a proteção dos cidadãos e das famílias na velhice e na invalidez, o desenvolvimento sócio – cultural através da dinamização de iniciativas e de promoção local.

O plano de atividades para o ano de 2023, tem como **principal objetivo** assegurar uma dinâmica de atividades que proporcionem maior qualidade de vida aos utentes desta Instituição na resposta social, Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI).

É importante referir que a qualidade de vida abrange três grandes áreas, a parte psicológica e emocional, o envelhecimento ativo e o cuidado com a alimentação, higiene, integração social e permanência de laços com a família.

A atuação diária da Instituição centra a sua ação nos utentes e para isso conta com todos os Recursos Humanos da resposta social para que em conjunto se realize um trabalho de qualidade, ao nível da prestação de serviços e atividades/ ações a desenvolver.

Será tido em conta a adequação das atividades com base nas necessidades biopsicossociais de cada utente, assim como se pretende que com a realização das mesmas se consiga proporcionar uma vida mais ativa e criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros utentes e familiares.

A ERPI pretende fazer uma intervenção com diversas demências de forma a contribuir para a melhoria da sua qualidade de vida e torna-se pertinente em contexto institucional promover terapias, atividades e ações que retardem a doença e por outro lado que possibilitem a reabilitação pois esta já é também a nossa realidade e ao que tudo indica, num futuro bastante próximo existirá um número acentuado de mais casos que necessitam de intervenção individualizada e específica.



Segundo o relatório da OMS, o número de pessoas com demência está a crescer em todo o mundo. Actualmente existem mais de 55 milhões de pessoas com mais de 65 anos a sofrer desta síndrome e estima-se que em 2030 já sejam perto de 78 milhões e em 2050, 139 milhões. É a sétima causa de morte no mundo.

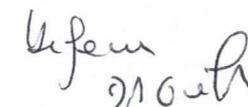
Pretende-se com todas as atividades promover o bem-estar, a autoestima, a manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas, a socialização, a troca de experiências e ainda proporcionar e criar momentos de partilha, com a comunidade, com utentes de outras instituições sempre com vista a proporcionar-lhes uma melhor qualidade de vida.

A atividade é um elemento fundamental para um envelhecimento saudável, como tal, o presente documento reúne todas as **atividades de animação socioculturais, recreativas e ocupacionais** que favorecerão preferências, interesses, tradições e costumes dos utentes e pretende-se:

- Contribuir para um envelhecimento ativo e integrado;
- Proporcionar boas relações e comunicação com outros utentes, funcionários e visitantes;
- Estimular a memória e a criatividade;
- Estimular as relações familiares;
- Recordar vivências e costumes;
- Valorizar e reconhecer capacidades;
- Proporcionar bons momentos com o exterior;
- Promover encontros com outros idosos, potenciando a troca de experiências;
- Promover a participação ativa;
- Estimular a mobilidade e o conhecimento de novos lugares;
- Valorizar a formação ao longo da vida;

Cidália Dias

3





- Trabalhar/ Potenciar as dimensões física, biológica, psíquica, intelectual, espiritual, emocional, cultural e social.

A Associação pretende alargar a relação que mantém com o exterior, participando em eventos de interesse para a Instituição, no sentido de promover a resposta social, ERPI, dar a conhecer a nova Unidade de Cuidados Continuados de Convalescença e expandir a sustentabilidade das mesmas, criando parcerias, canalizando serviços, ao mesmo tempo que se pretende promover e assegurar um trabalho interno de qualidade.

É importante referir que a posterior aprovação deste documento, por parte da Assembleia Geral da Associação, não implica que não ocorram alterações na programação das atividades, nomeadamente a realização de atividades não programadas, que ao longo do ano se justifique a sua realização por ser o momento mais oportuno e adequado.

Este plano com o agilizar das medidas relativas à pandemia procurará, embora com alguma contenção/precaução de saídas e festejos, iniciar as épocas festivas, onde os afetos, a solidariedade, o convívio são parte fulcral para o bem estar do idoso.

Atualmente a capacidade da ERPI está preenchida na sua totalidade, existem 58 acordos de cooperação com a segurança social, desde o dia 1 de Junho de 2018, fator que teve um peso decisivo na estabilização financeira da Instituição e por outro lado, contribuiu para apoiar socialmente, grande parte dos utentes desta IPSS.

O presente plano de atividades conta ainda com atividades operacionais para o ano de 2023, de modo a promover a Instituição e a resposta social junto da comunidade e serviços. Prevê-se que se desenvolvam ações de divulgação e que se estabeleçam parcerias sociais.

Assim, são objetivos desta intervenção divulgar a Instituição e organizar e participar em eventos de interesse para a mesma.

Este Plano de Atividades vai dar continuidade às ações do Plano anterior, e em 2023 vai focar a sua intervenção em quatro eixos estratégicos uma vez que continuam sendo a prioridade para a instituição:

1. Saúde e Reabilitação;
2. Inovação e Sustentabilidade;



3. saúde mental;
4. Relações familiares.

Os eixos assentam em objetivos estratégicos desta IPSS e pretendem ir ao encontro do quadro comunitário, em termos de possíveis financiamentos. A intervenção desta Instituição, pretende rentabilizar recursos, capacitar recursos humanos e sobretudo criar produtos, e iniciativas que sejam diferenciadoras, daquilo que existe, e sempre que possível, que sejam inovadoras e respeitem a sustentabilidade dos recursos naturais. Relativamente ao primeiro eixo estratégico atualmente a ABSA conta com uma psicóloga, um fisioterapeuta, três enfermeiros que fazem o acompanhamento dos utentes, assumindo que a saúde e a reabilitação estão na base da intervenção diária da ABSA, privilegiando sempre o bem estar dos utentes. O segundo eixo estratégico pretende abranger todo o quadro de pessoal da ERPI, órgãos sociais, parceiros e toda a comunidade em geral com o intuito de mudar comportamentos, mentalidades e acima de tudo trabalhar de consciência que podemos sempre fazer mais e melhor e contribuir ativamente para a sustentabilidade do planeta, reciclando e reduzindo todo o plástico que entra e sai diariamente da ERPI, criar impacto e acima de tudo dar o melhor exemplo, mudar atitudes.

Pretende-se criar algumas medidas concretas que possam reduzir o impacto ambiental:

- Papel reciclado, nos serviços administrativos;
- Papel reciclado de mãos;
- Detergentes ecológicos, na limpeza e desinfeção dos vários espaços;
- Reduzir 70 % da utilização dos plásticos – garrafas de plástico na cozinha, embalagens descartáveis dos alimentos, taças de sobremesa, etc;
- Implementação de painéis solares que reduzam o consumo de energia elétrica, reduzindo assim a pegada ecológica;

Cidália Dias
5



Este eixo embora com elevado foco no utente, pretende incluir todo o quadro de pessoal da ERPI, promover a participação e aumentar a eficácia dos recursos humanos, assegurar a motivação e competências necessárias a um bom desempenho profissional, e desta forma a inovação é um grande desafio a que a ABSA se propõe.

A Pandemia veio também mostrar que a utilização das plataformas e das redes sociais é possível em contexto de ERPI.

A implementação de algumas medidas internas, podem ser consideradas medidas na área da sustentabilidade e também de inovação, como as plataformas em termos de trabalho com outros serviços assim como as formações on-line e por outro lado as videochamadas de forma a unir utentes e familiares.

O terceiro eixo estratégico tem incidência nas demências, sendo um problema actual e de relevância crescente, o que se pretende em termos institucionais é criar um plano de assistência abrangente e diferenciado onde se possam categorizar os vários níveis de demência e conforme as capacidades existentes nos utentes, trabalhar de forma a poder contribuir para atrasar a progressão da doença.

Importa compreender o que é a demência e para isso recorreremos à Classificação Internacional das Doenças da Organização Mundial de Saúde onde demência é definida como: “uma síndrome resultante da doença do cérebro, em geral de natureza crónica ou progressiva na qual se registam alterações de múltiplas funções nervosas superiores incluindo a memória, o pensamento, a orientação, a compreensão, o cálculo, a linguagem e o raciocínio. O estado de consciência não está enevoado. As perturbações das funções cognitivas são muitas vezes acompanhadas, e por vezes precedidas por deterioração do controlo emocional, do comportamento social ou da motivação”.

A demência mais conhecida é a doença de Alzheimer que se caracteriza pela:

- Falha de memória, geralmente é o primeiro sintoma;
- Desorientação;
- Alterações de linguagem;

- Dificuldades em resolver problemas;
- Alterações de personalidade;
- Vida social;
- Cuidados pessoais;
- Perturbações de humor;

Ao longo do tempo, as alterações cognitivas e comportamentais vão-se acentuando e o doente deixa de ser autónomo. Perante a perda de autonomia, estamos numa fase mais avançada da doença, caracterizada por:

- Apraxia – A capacidade motora fica muito afectada.
- Agnosia – Perda de capacidade de associar os objectos às suas funções. Deixam de reconhecer pessoas, lugares, sons e cheiros.
- Afasia – Perda da função da fala.
- Distorções perceptivas – Começam as alucinações. Não se reconhece ao espelho e deixa de conhecer a sua habitação.
- Fenómenos delirantes – Acredita que está a ser roubado, que o querem matar. Recusa da higiene pessoal.
- Perturbação do sono – o sono nocturno torna-se insuficiente para que estes doentes se sintam repousados. A vida dos doentes começa a depender totalmente de terceiros.
- Fase terminal – Dificuldade em alimentar o doente. Surge a atrofia muscular.

Perante todas estas limitações, surgem vários problemas de saúde, infecções urinárias, respiratórias, úlceras de decúbito e o doente deixa de reagir a todos os estímulos.

O quarto eixo pretende um acompanhamento e maior proximidade com as famílias no meio institucional na medida em que são quem representa o utente ao mesmo tempo que são o elo de maior ligação ao contexto de história de vida do mesmo. São parceiros na prestação de cuidados de forma mais afetiva.

Achamos que só através do conhecimento se consegue mudar mentalidades e atitudes, contribuir para a melhoria da prestação de cuidados e quanto mais informados mais capazes estamos para trabalhar em prol dos nossos utentes.

É transversal a todas as áreas que trabalham com os idosos, implementar um plano de formação que melhore competências, que capacite e acima de tudo que forme e informe da realidade que requer muita capacidade de adaptação.

Foi proposto pela equipa técnica que se elaborem folhetos quinzenalmente, abordando várias temáticas, de várias áreas, desde as patologias mais comuns como a hipertensão, diabetes, assim como doenças que comprometem a autonomia nas atividades da vida diária, AVC, doenças cardíacas e outras doenças incapacitantes. Os folhetos destinam-se essencialmente aos funcionários e para divulgação interna na instituição e junto dos familiares. É apresentado um plano de formação para o ano 2023, para todos os colaboradores da ERPI, com vista a melhorar competências, renovar conteúdos e capacitar recursos humanos sempre com o objectivo da melhoria contínua do serviço.

É importante referir que a OMS estipulou a DÉCADA DO ENVELHECIMENTO 2021-2030. Vamos acompanhar os objetivos e diretrizes para nos mantermos na linha da frente naquilo que são os serviços de qualidade prestados aos idosos e as boas práticas institucionais.

PLANO DE FORMAÇÃO 2023

Uma das apostas dos dois últimos anos, 2020 e 2021 foi a formação interna na área de saúde, promovida pela equipa de enfermagem do Lar de Selmês, onde foi possível transmitir informação sobre matérias essenciais à prestação de cuidados seguros.

A aposta na formação em Controlo de Infeção vai continuar a ser prioridade, assim como todas as inovações técnicas que surjam para melhorar o nosso serviço ao utente.

Vamos continuar a apostar na formação nas diferentes áreas, é fulcral capacitar quem presta cuidados diretos e para isso vamos continuar a apostar na saúde e para o ano de 2023 pretende-se desenvolver as seguintes formações internas:

- **Cuidados Paliativos – Sessão de 2horas;**
- **Cuidados na higiene, conforto e eliminação – 4horas – inclui parte prática;**
- **Cuidados pós morte – 2horas;**
- Relações Familiares na terceira idade– 2horas;
- Psicologia no idoso – 2horas;
- Saúde Mental – 2horas;
- Abordagem geral de noções básicas de primeiros socorros – 7horas – inclui parte prática.

As terapias marcam presença no ano 2023, pretende-se criar uma sala de estimulação e apostar na terapia da reminiscência e estimulação cognitiva.

Pretendemos continuar a participar em vários projetos, um deles o da criação do observatório da pessoa idosa e o outro de realidade virtual, onde através das novas tecnologias os idosos conseguem visitar vários locais, do seu interesse.

A aposta principal da Instituição é sempre a de garantir cuidados seguros aos utentes e para isso é necessário privilegiar formação, e treinar as competências de cada recurso, para uma realidade que exige cada vez mais, rigor e método, no que se refere a cuidados de higiene, alimentação, hidratação, reabilitação e de saúde.

Continuamos com uma nova realidade, continuamos com uma pandemia que veio para ficar no nosso dia a dia, e sabemos que quanto maior for a nossa capacidade de adaptação maior sucesso conseguimos alcançar e essa será sempre a orientação que queremos seguir.

A realidade das ERPI'S está a alterar-se, integram-se utentes com várias patologias, de várias idades, que no dia a dia têm que se adaptar e conviver todos, com saúde e com a ausência dela, com autonomia e outros completamente dependentes, com família e com a ausência dela.

O envelhecimento não pode ser uma derrota, é em si um declínio mas não tem que ser triste nem vazio e cabe a todos nós preenche-lo e pintá-lo de bonitas cores, no final tem que valer a pena.

O plano de atividades para o ano de 2023 reúne um conjunto de atividades **socioculturais, recreativas e ocupacionais** com o **objetivo** de estimular e desenvolver a criatividade, proporcionar momentos de partilha e união e acima de tudo promover a integração dos utentes na Instituição. Ocorrerá também a celebração de datas festivas, nomeadamente o Carnaval, a Páscoa, os Santos Populares, o S. Martinho e o Natal, entre outros.

Para todas as atividades tentamos sempre rentabilizar recursos, papel, madeiras, plásticos, sendo o mais sustentáveis possível.

○ **Dia de Reis**

Comemorar o dia de reis, com cânticos alusivos ao dia e lanche convívio para utentes e colaboradores com usos e costumes antigos.

○ **Carnaval**

Assinalar a data, na Terça-Feira de Carnaval, dia 21 de Fevereiro, produzindo trabalhos manuais alusivos ao dia e transpor para os dias de hoje usos e costumes que se praticavam noutros tempos neste dia, avivando memórias de tempos passados.

○ **Dia Internacional da Mulher**

Comemorar o dia com todas as utentes e colaboradoras da instituição. Dia dedicado a cuidados de beleza e valorização do papel da mulher.

○ **Dia da Árvore / Início Primavera**

Plantar uma árvore. Assinalar a chegada da estação e honrar o gesto de plantar.

○ **Páscoa**

Assinalar a data, enaltecendo tradições, usos e costumes de cada família e proporcionar momentos de cariz religioso a quem manifestar interesse, através da televisão e/ou de uma ida á igreja assistir à missa, na Paróquia de Selmes. Produção de folares com os utentes.

○ **25 de Abril**

Produzir com os idosos trabalhos alusivos ao dia 25 de Abril, partilha de memórias e concretizar uma exposição.

○ **Maio – Mês do Coração**

Promover internamente um conjunto de atividades que englobem todos os utentes da ERPI de modo a sensibilizá-los para a prevenção de doenças relacionadas com o coração e informar sobre hábitos saudáveis que devem ser adotados.

○ **Dia Internacional da Família – 15 Maio**

Promover as relações do núcleo familiar seus direitos e responsabilidades com o idoso.

○ **Dia de São Pedro**

Este dia é comemorado na Instituição com um Arraial de Marchas Infantis, que esperamos poder concretizar, onde são convidadas algumas marchas infantis e a Marcha da Freguesia de Selmes. A decoração do espaço fica a cargo das utentes e à tardinha há lugar a uma sardinhada e um convívio com os familiares dos utentes, que assintem ao Arraial.

○ **Dia dos Avós**

Assinalar a data com idosos e netos, promovendo o encontro entre as famílias e o convívio intergeracional com a partilha de jogos tradicionais seguido de um lanche para todos. Se a atual pandemia não permitir o encontro presencial, usaremos as novas tecnologias.

○ **Vindima e Produção do Vinho de Talha**

Fazer a apanha da uva, com utentes e colaboradores da ERPI. Todo o processo de pisa da uva é feito em parceria com a comunidade local e envolvendo parceiros que sabem fazer Vinho e que são uma referência no Concelho.

Cada ano é feito o convite a uma Adega no sentido de disponibilizar a uva, para que a possamos apanhar, á posterior são envolvidos também no processo do fazer o Vinho, com o seu NOW HOW, que é extramente importante para que a produção seja de qualidade.

○ **Dia Internacional do Idoso**

Comemorar e valorizar o dia 1 de Outubro, promovendo a partilha e o convívio entre os utentes.

Promover a participação nas atividades desenvolvidas pelo Município de Vidigueira durante a semana do idoso.

○ **Dia de São Martinho**

Assinalar a data, dia 11, com a realização de um Magusto, promovendo um lanche convívio com a família, utentes e colaboradores da Instituição. Elaboração de trabalhos relacionados com o São Martinho, nomeadamente a decoração do espaço da festa.

○ **Natal**

Comemorar esta quadra durante todo o mês, valorizando as tradições e os costumes familiares, promovendo as ligações com a família, unindo gerações, estimulando a imaginação e a criatividade. Promover momentos de convívio para utentes e familiares, com o intuito de criar momentos de partilha e solidariedade próprios desta quadra festiva. Elaborar diversos trabalhos alusivos á época.

No Natal são elaborados cabazes solidários com produtos elaborados pelos utentes e são disponibilizados às famílias e à comunidade envolvente.

Na noite de Natal a nossa Cozinha prepara também refeições solidárias que são entregues a quem mais precisa, pessoas desfavorecidas da comunidade, que se encontram em situação de isolamento e de pobreza. Combater a solidão e a pobreza é o objetivo destas refeições solidárias, que acontecem todos os anos no Natal.

Estas pessoas estão já identificadas pelos parceiros sociais, e são também na grande maioria apoiadas socialmente por outras instituições, contudo o Natal é uma época, em que falta a refeição já confeccionada na mesa destas pessoas, por se tratarem de pessoas que normalmente vivem sozinhas e sem condições para cozinhar.

São propostas várias atividades de **carácter semanal**, com o intuito de criar rotinas e promover o envolvimento entre técnicos, utentes e funcionários.

ATIVIDADE – Exercícios de estímulos cognitivos

Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Sala de estar com copa	10	1hora
Descrição:	Os utentes fazer exercícios auxiliados pelos técnicos.		
Objetivos:	Estimular a atenção, concentração, perceção, ritmo e orientação espacial. Estes exercícios estimulam ao nível cognitivo e acima de tudo atinge a satisfação emocional e física.		

ATIVIDADE – Passeio/ Caminhada

Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Freguesia de Selmos	12 a 14	+/-2horas
Descrição:	Realização de uma caminhada à freguesia de Selmos, com passagem pela igreja.		
Objetivo:	Regressar aos lugares de origem e recordar momentos felizes e especiais das suas vidas. Contatar com a natureza e o meio ambiente que os rodeia.		
Recursos:	Vários técnicos para dar apoio com águas e cadeiras de rodas.		

ATIVIDADE – Picnic

Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Freguesia de Selmos	12 a 14	+/-2horas
Descrição:	Realização de um picnic na Barragem do Pedrogão.		
Objetivo:	Contatar com a natureza e o meio ambiente que os rodeia.		

Recursos:	Vários técnicos para dar apoio com águas e cadeiras de rodas.		
ATIVIDADE – Passeio à praia dos cinco reis			
Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Beja	12 a 14	+/-3horas
Descrição:	Realização de passeio à praia dos cinco reis para momentos de lazer.		
Objetivo:	Contatar com outras realidades.		
Recursos:	Vários técnicos para dar apoio com águas e cadeiras de rodas.		

ATIVIDADE – Visita a Lar			
Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Concelho da Vidigueira	12 a 14	+2horas
Descrição:	Realização de uma visita a outra ERPI do concelho.		
Objetivo:	Contatar com outros idosos igualmente institucionalizados oriundos dos mesmos concelhos.		

Recursos:	Vários técnicos para dar apoio com águas e cadeiras de rodas.
-----------	---

ATIVIDADE – Comemoração do Dia Internacional da Família

Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Concelho da Vidigueira	12 a 14	+/-2horas
Descrição:	Realização de um convívio no jardim da instituição com música com sessão fotográfica para álbum de recordações.		
Objetivo:	Contatar com os familiares e estimular ao reforço de laços.		
Recursos:	Vários técnicos para dar apoio com águas e cadeiras de rodas.		

ATIVIDADE – Festa de Natal

Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Concelho da Vidigueira	Todos	+/-2horas

Descrição:	Realização de um convívio na instituição com presépio vivo. Distribuição de lembranças aos utentes. Música ao vivo.
Objetivo:	Contatar com os familiares e estimular ao relacionamento de forma a reforçar laços.
Recursos:	Vários técnicos para dar apoio com águas e cadeiras de rodas.

ATIVIDADE – registo semanal de atividades em redes sociais

Data	Local	Participantes	Duração
A definir com a equipa técnica	Concelho da Vidigueira	todos	1 h semanalmente
Descrição:	Realização de registos semanais de atividades lúdicas e lazer dos utentes. Entrevistas, testemunhos, exercícios, sessões de esclarecimento de todas as áreas que compõem os cuidados aos utentes.		
Objetivo:	Dinamizar e promover a instituição.		
Recursos:	Vários técnicos internos, externos, pessoas convidadas, colaboradores e utentes.		

Cidália Dias
 17/11/2023



A equipa técnica está cada vez mais atenta e desperta para envolver a família como grupo de apoio, uma vez que antes da institucionalização é a família que cuida, que conhece os hábitos e a forma de lidar com o idoso. Pretende-se que a melhoria seja para os dois lados, utente e familiares, sobretudo mantendo sempre o familiar informado de todos os cuidados prestados ao utente, e conhecer as expectativas dos familiares em relação ao serviço que querem ver prestado.

Destaca-se também a importância de realizar atividades que promovam o envolvimento com o exterior, desenvolvendo durante todo o ano a participação em iniciativas de âmbito local e regional.

É de salientar que será comemorada a data de aniversário de cada utente, e nesses dias é confeccionado um bolo, por uma pastelaria da Vidigueira, promovendo momentos de partilha e convívio entre utentes, funcionários e família, proporcionando um dia alegre e de convívio.

A avaliação e controlo das atividades serão feitos com base na adesão e satisfação dos utentes, ou seja, no número de utentes participantes nas atividades e na sua satisfação e ainda no cumprimento do objetivo da atividade.

Realizar-se-ão reuniões quinzenais com a equipa técnica para análise das atividades realizadas, com espaço para sugestões e solução de eventuais dificuldades/ desvios que possam ocorrer. Semanalmente a equipa reunirá para avaliar e debater os planos individuais de cada utente.

Para este plano de atividades foram dados vários contributos por parte de toda a equipa técnica, enfermeiros, psicóloga, animadora, engenheira alimentar, fisioterapeuta e essencialmente foram considerados gostos e interesses dos utentes desta ERPI.

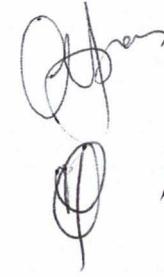
Plano de Atividades para o ano de 2023, elaborado pela Diretora Técnica, Célia Dias, com contributos de toda a equipa técnica.

Data:14/11/22

Célia Dias
14/11/22

ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA DE SELMES E ALCARIA

Aprovado em Assembleia Ordinária, realizada a ___/___/___



(A favor de)
Cecília Dias