



## **Regulamento Interno**

### **Academia Sénior de Vilar do Paraíso**

#### **CAPÍTULO I**

#### **DISPOSIÇÕES GERAIS**

##### **Artigo 1º - Caracterização e Localização**

1. A Academia Sénior, é um projeto do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso, pensada para os indivíduos com mais de 50 anos da união de freguesia de Mafamude e Vilar do Paraíso, bem como freguesias vizinhas e concelho de Vila Nova de Gaia.
2. Destina-se a sócios ou não da instituição e a todos aqueles que têm vontade de fazer parte deste projeto, quer como participantes, quer como dinamizadores ou voluntários, tendo em vista a resposta às necessidades de aprendizagem progressiva e de ocupação da população sénior.
3. A Academia Sénior tem a sua sede no Edifício do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso, sita na Rua Dr. António Vale, 191, 4405-856 Vilar do Paraíso e o nº de Identificação Fiscal é 504 421 395.
4. A Academia Sénior, para além da sua sede, poderá fazer uso de outros espaços, cedidos por instituições parceiras (autarquias, escolas, etc...), mediante o estabelecimento de protocolos.

### **Artigo 2º - Objetivos**

A Academia Sénior tem como público-alvo os indivíduos com mais de 50 anos de idade, preferencialmente sócios do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso, que procurem novas aprendizagens e a ocupação dos tempos livres. Assim sendo, são objetivos da Academia Sénior:

1. Promover a participação ativa da população sénior e fomentar a formação ao longo da vida.
2. Proporcionar aos seus participantes atividades de ensino/aprendizagem nas quais os seus conhecimentos possam vir a ser valorizados e ampliados.
3. Proporcionar aos participantes a troca de ideias, valores e experiências, beneficiando da multiculturalidade e da diversidade de experiências, desenvolvendo assim atividades promovidas para e pelos alunos;
4. Combater o isolamento e exclusão social dos seniores, através do convívio entre os participantes e dinamizadores da Academia Sénior.
5. Fomentar o envelhecimento ativo, impulsionando os comportamentos de autonomia e independência.
6. Ocupar o tempo livre dos participantes de forma útil e agradável.
7. Oferecer aos participantes a possibilidade de vivenciarem novas experiências enriquecedoras quer do ponto de vista pessoal, quer social.
8. Criar espaços de encontro na comunidade que se tornem incentivos e estímulos a um sãõ espírito de convivência e de solidariedade humana e social;
9. Divulgar e preservar a nossa história, cultura, tradições e valores;
10. Promover a saúde física, mental e social dos indivíduos, contribuindo assim para a melhoria das suas condições de vida.
11. Educar a população para problemas contemporâneos e para a importância da partilha cultural.
12. Divulgar os direitos e deveres dos seniores, bem como as oportunidades que possam surgir e que permitam a sua valorização e realização pessoal.
13. Fomentar e apoiar o voluntariado social:
14. Desenvolver ações de formação social, pessoal e profissional para toda a comunidade.

**Artigo 3º - Atividades e Serviços**

1. A Academia Sénior disponibiliza um leque variado de atividades culturais, artísticas, ambientais, físicas e recreativas aos seus participantes, traduzindo-se estas em módulos específicos, planeados e implementados por dinamizadores, e tendo uma duração anual, semestral ou trimestral.
2. A aula de Pintura requer material de desgaste que cada aluno identifica e deve adquirir sempre que necessitem (telas, tintas e pincéis).
3. No período entre julho e setembro, a Academia Sénior poderá dinamizar atividades alternativas de verão, não sendo as mesmas vinculativas e serão anunciadas atempadamente sobre datas e valores.

**Artigo 4º - Organização e Recursos Humanos**

1. A Direção do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso, é o órgão político da Academia Sénior de Vilar do Paraíso e deve nomear um Coordenador responsável pela atividade da Academia Sénior.
2. Compete ao Coordenador desenvolver as atividades regulares da Academia Sénior de Vilar do Paraíso; promover novos serviços; representar a Academia Sénior e manter o são relacionalmente entre todos.
3. A Academia Sénior de Vilar do Paraíso conta com a participação de professores e colaboradores voluntários ao abrigo da Lei 71/98 de 3 de Novembro sobre o voluntariado.
4. A Academia Sénior de Vilar do Paraíso conta também com o apoio logístico e administrativo do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso.

**CAPÍTULO II****PROCESSO DE ADMISSÃO****Artigo 5º - Condições de admissão**

1. Ter mais de 50 anos.
2. Possuir robustez física e psíquica adequada à realização das atividades.
3. Concordância com os princípios, os valores e as normas previstos no Regulamento Interno da Academia Sénior de Vilar do Paraíso.
4. Ter inscrição efetuada e contrato de prestação de serviços.
5. Não padecer de doenças infectocontagiosas (em fase ativa) ou perturbações mentais que ponham em risco a integridade física dos outros clientes.

### Artigo 6º - Critérios de Priorização

Em caso de determinada atividade da Academia Sénior estar lotada, serão critérios de priorização:

1. Ser associado com a quotização em dia.
2. Encontrar-se em situação de isolamento social.
3. Ordem de inscrição.

### Artigo 7º - Inscrição

1. Os candidatos interessados deverão proceder à inscrição, em impresso próprio, devidamente preenchido.
2. No ato da inscrição será necessário apresentar os seguintes documentos:
  - a) Bilhete de Identidade/Cartão Cidadão;
  - b) Cartão de Beneficiário (Segurança Social);
  - c) Cartão de Contribuinte (Finanças);
  - d) Uma fotografia tipo passe.
3. Para efetivar a inscrição (para novos alunos), o participante deverá efectuar o pagamento da taxa de inscrição **(33,00€)**, **que cobre** o seguro de acidentes pessoal.
4. Para renovação da inscrição, o participante deverá efetuar o pagamento da taxa de renovação **(16,50€)**, durante o mês de agosto, **que cobre o seguro de acidentes pessoais** (entre os meses de setembro a julho).

### Artigo 7º - Lista de Espera

1. Em caso de se verificar a lotação máxima numa determinada atividade, a inscrição entrará em lista de espera por ordem de priorização.
2. O candidato será avisado pela Academia Sénior em caso de estar disponível a vaga para a entrada.

### Artigo 8º - Cancelamento ou Desistência

1. O cancelamento ou desistência implicam a perda automática de qualquer vaga para frequência da Academia Sénior, pelo que, para o participante ser de novo admitido, terá de efetuar nova inscrição.
2. O cancelamento ou desistência deverá ser comunicado por escrito com 30 dias de antecedência.
3. O participante fica obrigado a efetuar o pagamento das faturas que tenham sido emitidas em seu nome.

### **CAPÍTULO III**

#### **FUNCIONAMENTO**

##### **Artigo 9º - Direção e Coordenação**

A Academia Sénior é dirigida por um Coordenador da Academia Sénior, o qual é responsável pelo funcionamento dos serviços e pelo cumprimento das normas do presente regulamento, sob supervisão da Diretora Técnica da instituição.

##### **Artigo 10º - Serviços prestados**

1. A Academia Sénior de Vilar do Paraíso organiza os seguintes serviços de animação sociocultural:

- a) Aulas teóricas e práticas de diversas disciplinas
- b) Seminários e cursos multidisciplinares
- c) Passeios e viagens culturais
- d) Grupos recreativos
- e) Divulgação e informação de serviços destinados aos seniores
- f) As atividades sócio culturais que os alunos desejarem

##### **Artigo 11º - Horário e Calendarização**

1. A Academia Sénior funciona em regime diurno, nos dias úteis da semana, de acordo com a disponibilidade dos dinamizadores e a disponibilidade dos espaços físicos, conforme o horário disponibilizado aos participantes.

2. As atividades a serem desenvolvidas serão calendarizadas e divulgadas, podendo, no entanto, ser admitidas novas atividades propostas pelos participantes e formadores ou monitores.

3. A Academia Sénior poderá, desde que justificada a necessidade, funcionar para além dos dias úteis e noutros horários, por iniciativa da Coordenação.

4. Sempre que haja alteração do horário previsto de funcionamento, os participantes deverão ser avisados pelos responsáveis, com a maior antecedência possível.

5. As atividades decorrerão por períodos de tempo equivalentes a anos letivos.

6. A Academia Sénior encontra-se encerrada nas seguintes datas:

- a) Terça-Feira de Carnaval;
- b) Sexta-Feira Santa;
- c) Dia 24 e 31 de dezembro;
- d) Feriados Nacionais;
- e) Feriado Municipal;

- f) Mês de Agosto.

#### **Artigo 12º - Situações de Emergência**

1. Nas situações de emergência relacionadas com a saúde e bem-estar do participante, a pessoa indicada como contacto de emergência será contactada de imediato.
2. Nas situações de emergência relacionadas com incêndios, inundações ou outras, serão encetados procedimentos conforme o Manual de Atuação em Situação de Emergência adotado pela instituição.

#### **Artigo 13º - Financiamento**

São receitas da Academia Sénior:

1. As mensalidades dos participantes.
2. Os donativos de empresas, particulares ou do Estado.
3. Os patrocínios.

### **CAPÍTULO IV**

#### **DIREITOS E DEVERES**

#### **Artigo 14º - Direitos dos Participantes**

1. Participar ativamente nas atividades de acordo com os seus interesses e motivações.
2. Exigir respeito pela sua identidade e privacidade.
3. Conhecer o Regulamento Interno.
4. Promover e dinamizar atividades, depois de conhecidas e aprovadas pela Academia Sénior e pela Diretora Técnica da instituição.
5. Exigir bom atendimento e respeito, nos serviços a que têm direito.
6. Expor claramente as necessidades sentidas e propor respostas que as colmatem.
7. Frequentar a Academia Sénior ou abandoná-lo por vontade própria.
8. Requerer um certificado de frequência.
9. Ser voluntário na Academia Sénior.
10. Apresentar à Coordenadora da Academia Sénior alguma sugestão ou reclamação, sempre que entenda útil e necessário, sendo que as mesmas serão posteriormente transmitidas à Direção.

#### **Artigo 15º - Deveres dos Participantes**

1. Cumprir escrupulosamente o conteúdo do presente regulamento interno, no que lhe diz respeito.

2. Respeitar os princípios e normas de funcionamento da Academia Sénior, de modo a garantir o seu funcionamento regular.
3. Fomentar um bom relacionamento interpessoal, não só com os colegas, mas também com os dinamizadores e o pessoal da instituição em geral.
4. Participar ativa e assiduamente nas atividades nas quais se tenha inscrito.
5. Pagar as mensalidades.
6. Pagar e/ou compartilhar em atividades que impliquem custos adicionais, se for seu desejo participar.
7. Manter as instalações, equipamentos e materiais da instituição dentro dos parâmetros de limpeza, ordem e correta utilização.

#### **Artigo 16º - Direitos dos Dinamizadores**

1. Conhecer o regulamento interno da Academia Sénior.
2. Ser respeitado e valorizado no trabalho que desenvolve com os participantes e com os profissionais da instituição.
3. Exercer o seu trabalho em condições de segurança, higiene e tranquilidade.
4. Ser ouvido e esclarecido sobre a sua participação nas atividades em que está envolvido.
5. Caso se inscreva em alguma disciplina, e no caso de ser voluntário, estar isento do pagamento da respetiva mensalidade.
6. Caso seja voluntário, requerer, se assim o desejar, uma declaração de prestação de serviço de voluntariado.
7. Ter um seguro de acidentes pessoal assegurado pela instituição.

#### **Artigo 17º - Deveres dos Dinamizadores**

1. Conhecer e respeitar o regulamento interno, respeitando a privacidade de quem trabalha na instituição e frequenta a Academia Sénior.
2. Respeitar as decisões da Coordenação da Academia Sénior e da Direção da instituição, discutindo em local apropriado as divergências, caso as haja, e procurando manter a melhor coerência possível nas suas atitudes.
3. Ser assíduo e pontual nas suas atividades mantendo uma atitude responsável face às mesmas.
4. Comunicar atempadamente à Coordenação da Academia Sénior qualquer incapacidade de cumprir os horários ou responsabilidades que lhe tenham sido atribuídas.

5. Apresentar à Coordenação da Academia Sénior o programa do módulo que vai desenvolver.
6. Informar a Academia Sénior sempre que pretender dinamizar uma nova atividade e aguardar a sua aprovação.
7. Participar nas reuniões para as quais seja convocado.
8. Valorizar as experiências dos participantes, integrando-as no processo de construção dos conteúdos e metodologias a adotar no módulo.
9. Fomentar a participação ativa, solidária e voluntária nas suas atividades.
10. Adaptar o programa e as metodologias ao público-alvo, facilitando a sua adaptação e aprendizagem.
11. Tratar todos os participantes com o mesmo respeito e atenção, não manifestando qualquer discriminação afetiva no relacionamento com estes.
12. Informar quando pretende cessar o trabalho.

#### **Artigo 18º - Direitos da Academia Sénior**

1. Receber o pagamento atempado das mensalidades.
2. Exigir o respeito por todos os colaboradores da instituição.
3. Anular a inscrição de qualquer participante mediante a não comparência deste por um período de 30 dias, quando não apresentada qualquer justificação.
4. Anular a inscrição de qualquer participante quando, num período de 60 dias, não for efetuado qualquer pagamento relativo à frequência da Academia Sénior e não for apresentada qualquer justificação.
5. Rescindir o acordo com todo e qualquer dinamizador, voluntário ou não, que não cumpra o regulamento interno e os objetivos da Academia Sénior ou as diretrizes da Direção da instituição.

#### **Artigo 19º - Deveres da Academia Sénior**

1. Cumprir o regulamento interno e assegurar o normal funcionamento da Academia Sénior.
2. Favorecer as relações interpessoais entre participantes e entre estes e o restante pessoal da instituição.
3. Respeitar a diferença e a pluralidade de culturas.
4. Estar disponível para eventuais reuniões solicitadas pelos participantes ou dinamizadores.

5. Assegurar uma boa manutenção das infraestruturas, quer sejam próprias ou cedidas, e garantir a higiene e a segurança das mesmas.
6. Providenciar o seguro de acidentes pessoal para participantes (que o requisitem) e voluntários e informá-los das condições.
7. Emitir a declaração de voluntariado aos voluntários que assim o solicitem.

#### **Artigo 20º - Sanções ao Participante**

1. O incumprimento reiterado e doloso dos deveres definidos anteriormente é fundamento, consoante a gravidade da violação, da aplicação das sanções de suspensão ou expulsão.
2. As sanções são aplicadas por decisão da Direção, ouvindo o responsável técnico.
3. No caso dos associados da instituição, a aplicação das sanções previstas no presente regulamento não implica automaticamente a suspensão ou cessação da qualidade de sócio.
4. Para além das sanções aplicadas, a Direção pode ainda, consoante a gravidade dos casos, agir civil e criminalmente.

### **CAPÍTULO V MENSALIDADES**

#### **Artigo 21º - Preçário das Atividades**

1. É considerado o seguinte preçário para os participantes sócios do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso (com quotas em dia):

	<b>4 Disciplinas</b>
<b>Alunos Sócios</b> (com quotas em dia)	<b>35€/ M</b>

2. É considerado o seguinte preçário para os participantes não sócios do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso:

	<b>2 Disciplinas</b>
<b>Alunos</b>	<b>35€/ M</b>

3. Para sócios a frequentar mais disciplinas para além dos packs apresentadas, cada uma terá um acréscimo de 5,50€.

4. Para não sócios a frequentar mais disciplinas para além do pack apresentado, cada uma terá um acréscimo de 8,25€.
5. As disciplinas de HIDROTERAPIA E HIDROGINÁSTICA não estão incluídas em nenhum pack, obriga a uma mensalidade extra no valor de 22,00/Mês cada uma respetivamente, bem como carece de inscrição associada à Piscina Municipal.

#### **Artigo 22º - Pagamento das Mensalidades**

1. Para efeitos de faturação, o valor a cobrar será contabilizado considerando o período do mês.
2. A mensalidade deverá ser paga até ao dia 15 do mês a que disser respeito.
3. O atraso no pagamento da mensalidade será acrescido de uma taxa legal.
4. Os pagamentos poderão ser feitos nos Serviços Administrativos da instituição (na Rua Dr. António Vale, 191, 4405-856 Vilar do Paraíso) em monetário ou cheque, para o IBAN: PT50 0036 0407 99106017335 21 do Banco: Montepio, referenciando sempre o NOME COMPLETO do aluno, mediante apresentação, junto dos mesmos serviços, do comprovativo de pagamento ou por débito direto.
5. Anualmente os alunos pagam 11 mensalidades.
6. O segundo outorgante tem direito a uma redução de 10% da mensalidade em caso de ausência por doença devidamente comprovada que exceda 15 dias consecutivos;
7. Qualquer outra ausência não será considerada e é devida a respetiva mensalidade.

#### **Artigo 23º - Participantes utentes do Centro de Dia**

1. Ficam isentos do pagamento das mensalidades os utentes do Centro de Dia, que se mostrem interessados em usufruir de atividades da Academia Sénior<sup>1</sup>, salvo algumas disciplinas que requeiram o pagamento extra, como é o caso da Hidroterapia e Hidroginástica (Disciplinas não incluída em nenhum pack, obriga a um pagamento extra mensalidade);
2. Os utentes do Centro de Dia, que tenham interesse em participar nas atividades da Academia Sénior, devem frequentar as mesmas assiduamente.

#### **Artigo 24º- Transportes**

1. O serviço de transporte poderá ser requisitado pelos participantes da Academia Sénior, estando a confirmação do mesmo sujeito à disponibilidade do Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso, que tem prioridade para os utentes de Centro de Dia.

---

<sup>1</sup> Mediante avaliação psicossocial da Equipa Técnica

2. Para clientes que solicitem transporte, o seu pagamento será adicionado ao valor da mensalidade, de acordo com o preçário vigente na Instituição.

#### **Artigo 25º - Revisão Anual das Mensalidades**

As mensalidades, em regra, são objeto de revisão anual.

### **CAPÍTULO VI**

#### **DISPOSIÇÕES FINAIS**

#### **Artigo 26º - Livro de Reclamações**

Nos termos da legislação em vigor, o Centro Social S. Pedro de Vilar do Paraíso possui livro de reclamações, que poderá ser solicitado nos Serviços Administrativos sempre que desejado.

#### **Artigo 27º - Casos Omissos**

Qualquer caso omissos no presente regulamento interno será de resolução da Direção.

#### **Artigo 28º - Entrada em Vigor**

O presente Regulamento entra em vigor em Setembro de 2024.

#### **Nota:**

- 1ª Revisão aprovada em Reunião de Direção a 13/11/2019 com entrada em vigor a 01/01/2020;
- 2ª Revisão aprovada em Reunião de Direção a 15/12/2022 com entrada em vigor a 01/02/2023;
- 3ª Revisão aprovada em Reunião de Direção a 30/07/2024 com entrada em vigor a 01/09/2024;