

# PLANO DE AÇÃO E ATIVIDADES

# 2019



*Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'BSEG' and 'Jma'.*



Handwritten notes in blue ink, including the word "Problema" and various initials and symbols.

**"Os idosos deveriam ser para toda a sociedade, uma reserva de sabedoria.**

**"**

Papa Francisco



# Índice

1.INTRODUÇÃO.....	4
2.CARATERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO.....	5
2.1.ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS.....	5
2.2.CENTRO DE DIA.....	6
2.3.SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO.....	12
2.4.CRECHE.....	8
3.OBJETIVOS.....	9
4.EQUIPA MULTIDISPLINAR.....	10
5.AÇÕES.....	13
5.1.AÇÕES TRAÇADAS E NÃO IMPLEMENTADAS.....	14
5.2.AÇÕES A DAR CONTINUIDADE.....	15
5.3.NOVAS AÇÕES.....	15
6.ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SÓCIO CULTURAL.....	15
7.PLANIFICAÇÃO SEMANAL.....	17
8.CONCLUSÃO.....	27
TERMO DE APROVAÇÃO.....	29

*[Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'Belen', 'J.M.', and 'J.M.', along with various scribbles and a circled signature.]*



Handwritten notes in blue ink, including the letters 'y', 'h', 'f', 'cs', and a signature 'Jua' with a circular stamp.

## 1. INTRODUÇÃO

Para uma Instituição desta dimensão, é necessário muito trabalho, esforço e dedicação, para que o dia-a-dia dos nossos utentes seja passado o melhor possível.

O Presente documento, intitulado Plano de Ação, constitui um instrumento facilitador para o conhecimento do cliente, e dos objetivos que a Instituição pretende atingir para 2019.

Quando se fala em “Plano de Ação”, queremos com isto dizer que é necessário planear/traçar ideias para serem postas em prática e que possamos inovar/resolver as diferentes situações que vão surgindo.

Propomos-mos assim com este Plano de Ação para 2019, desenvolver novas ações e dar continuidade as que já foram traçadas em planos anteriores, mas por algum que outro motivo, não poderão ser postas em prática.

Como é lógico, este é um trabalho coletivo, é necessário que todos os setores reúnam esforços para conseguir atingir os objetivos pretendidos, sem esta união não se podem conseguir bons resultados.

È neste sentido que aparece uma equipa multidisciplinar, a qual poderá ser alargada, mas que para já conta com a parte de ação social; enfermagem e animação.

È necessário procurar os pontos fracos para de seguida delinear os pontos fortes.

Ambicionamos com o plano traçado para 2019, delinear estratégias alinhadas com a Missão, Visão e Valores da Instituição só assim conseguimos crescer, dinamizar e qualificar uma Instituição.

*[Handwritten signatures and initials]*

## 2. CARATERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

Esta Instituição de carácter social visa a prestação de serviços/cuidados à população mais envelhecida de Barrancos e por sua vez também à mais nova.

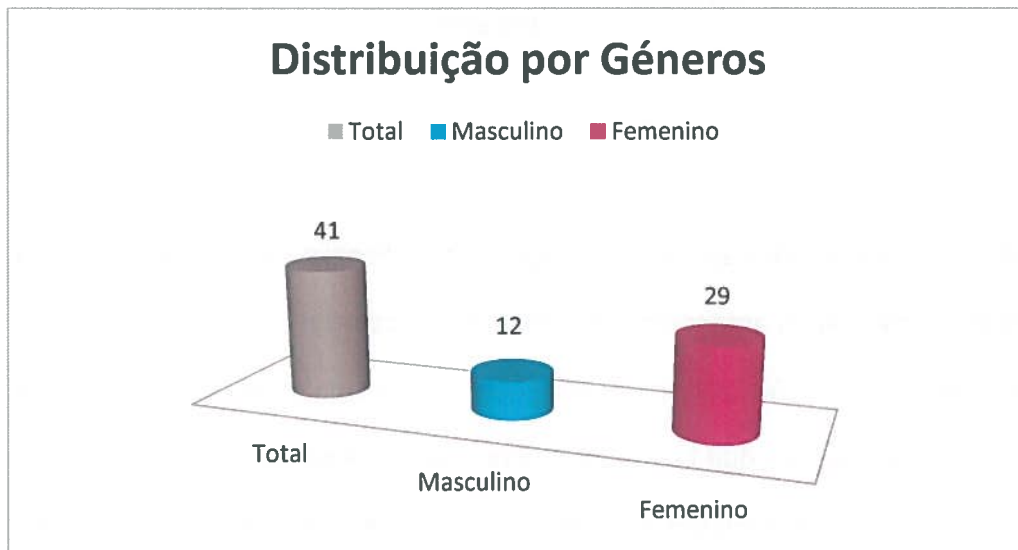
Para isso contamos com as seguintes respostas sociais:

### 2.1. ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS ERPI

Tem capacidade para 41 utentes em regime de alojamento, sendo 8 vaga reservadas à Segurança Social, nos termos do acordo de cooperação celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social de Beja em 11/08/2011.

Acolhe pessoas de 65 e mais anos cuja situação/problema não lhes permita permanecer no seu meio habitual de vida; ou pessoas de idade inferior a 65 anos em condições excepcionais, a considerar caso a caso.

Gráfico 1



Conforme podemos verificar no **gráfico 1**, dos 41 utentes em ERPI a maioria são do sexo feminino ficando o sexo masculino em minoria.

Fazendo uma análise a anos anteriores o cenário apresenta-se mais ou menos o igual, verificando-se assim que são as mulheres quem mais precisam de integrar este tipo de resposta.

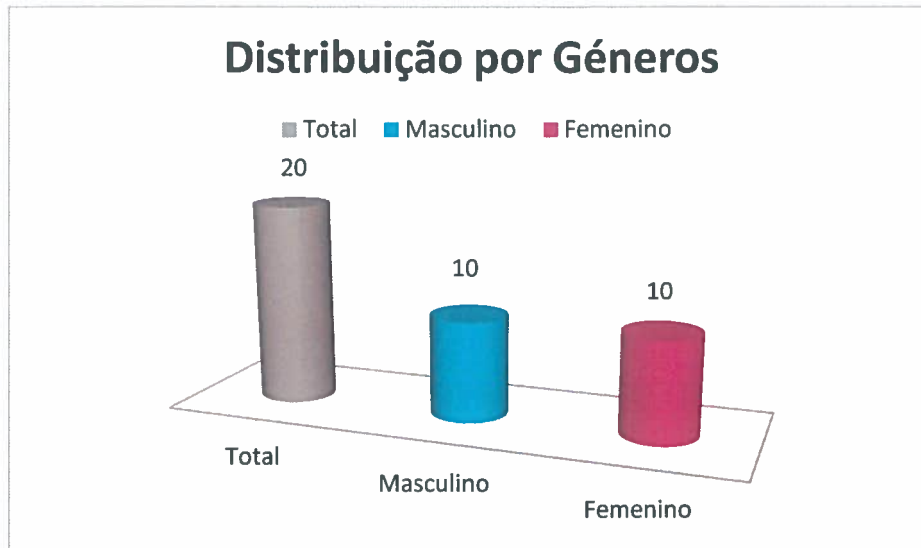


## 2.3. SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) possui acordo de cooperação para 28 utentes e capacidade para 56.

*Handwritten notes and signatures in blue ink, including a circled signature and the name 'B. Sobrinho'.*

**Gráfico 3**



No serviço de Apoio Domiciliário verifica-se de facto uma diminuição de número de utentes em relação a anos anteriores.

Contudo a diferença entre géneros apresenta-se mais equilibrada, conforme podemos verificar no gráfico 3.

Esta é uma resposta que para muitos é a melhor solução, depois da Integração em ERPI, e até mesmo quando não se verificam existências de vagas.

*Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'S. d.', 'J. L.', and 'M.'.*

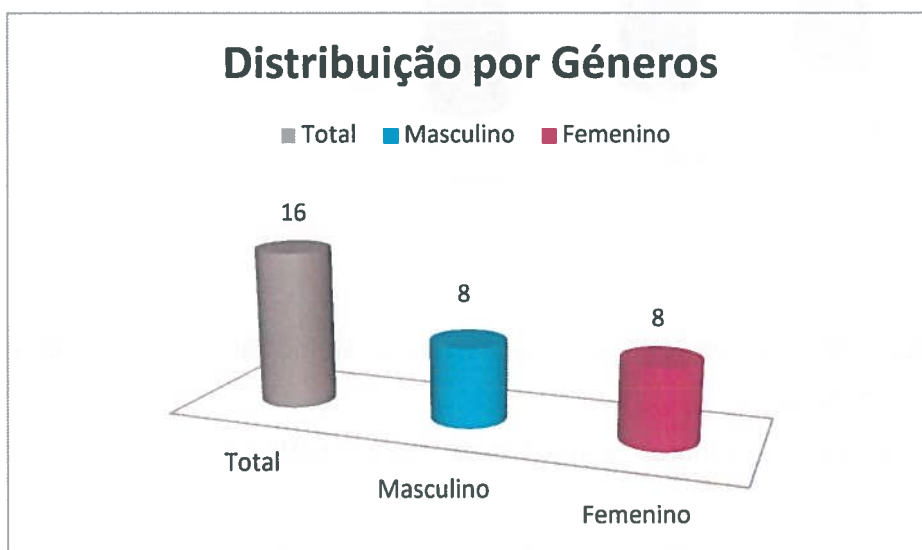
## 2.4. CRECHE

A Creche de Barrancos, tem acordo de cooperação celebrado para 16 crianças, sendo que a capacidade é para 20.

O que significa que estas 4 crianças que não estão abrangidas pelo acordo de cooperação terão de pagar a prestação de serviços, sempre na totalidade.

À data atual a frequência é de 16 crianças mas prevê-se para o próximo ano a entrada de mais 4 crianças.

**Gráfico 4**



O gráfico 4 é o que se apresenta mais equilibrado de todos os restantes, porque o número de género masculino é igual ao número de género feminino.



### 3.OBJECTIVOS

Para conseguirmos trabalhar nos diversos setores desta Instituição, é necessário fazer uma análise pormenorizada, para verificar se tudo está a funcionar corretamente ou se pelo contrário existem lacunas que necessitam ser resolvidas.

É neste sentido, que nos propomos traçar objetivos que nos parecem ser importantes para a concretização de novas ações e dar continuidade às que já foram implementadas e foram bem aceite.

De uma maneira geral pensamos que poderemos trabalhar para :

- Melhorar equipamentos e instalações;
- Dar continuidade a um modelo mais sustentável de funcionamento;
- Dimensão e projeção da instituição potenciar o desenvolvimento de parcerias e a participação em diversos projetos.
- Implementar boas práticas em gestão de pessoas e de competências;
- Garantir a prestação de serviços de qualidade aos utentes;
- Continuar a atenuar as problemáticas inerentes aos utentes através de especialistas de saúde;
- Dar continuidade/incentivar à prática de atividades socioculturais como forma de ocupação e distração;
- Realizar projetos para angariação de fundos que revertem a favor da Instituição e dos utentes;
- Perceber o nível de satisfação dos utentes, colaboradores e familiares relativamente ao serviço e condições prestadas;
- Continuar a capacitar funcionários da Instituição de novos conhecimentos para uma melhor/correta forma de intervenção.

*Handwritten notes and signatures in blue ink, including the name 'Basil' and other illegible scribbles.*

## 4.A EQUIPA MULTIDISCIPLINAR

Nas instituições de longa permanência para idosos, é fundamental que exista uma equipa multidisciplinar.

Com esta equipa pretende-se avaliar as necessidades dos idosos, dos seus familiares, gerir a parte efetiva do idoso, desenvolver e adaptar as suas funções; intervir precocemente nas situações mais complexas; restabelecer a independência e preservar a autonomia.

Na nossa instituição, o assistente social, o enfermeiro, o animador sociocultural integram esta equipa de trabalho, contudo não quer isto dizer que não se junte a ela profissionais de outras entidades, para dar o seu contributo em áreas diferentes.

*Handwritten notes and signatures in blue ink, including initials like 'CS.', 'f', 'AA', and various scribbles.*



Para o profissional de serviço social nem sempre é tarefa fácil a gestão de conflitos e procurar manter-se neutro perante as diversas situações.

Manter o equilíbrio e focar-nos nos interesses dos nossos utentes é o principal objetivo desta área.



Trabalhar com as famílias de cada cliente, é algo complexo e sem dúvida um dos pontos fracos que merece especial dedicação.

A transição do domicílio do cliente para uma casa nova e que não é a sua, necessita de um acompanhamento permanente e cuidado até o utente se familiarizar com o meio que o rodeia.

Com a animação sociocultural, pretendemos que a nossa instituição seja mais proactiva e dinâmica.

Assim sendo, o Animador Sociocultural tem um papel importante no dia-a-dia dos nossos idosos, na medida em que trabalha com eles de forma a evitar o sedentarismo instalado em cada um dos nossos utentes.

È neste sentido que verificamos uma maior aderência dos nossos utentes às atividades que se realizam na instituição, embora a maior parte ainda não se mostra muito participativa, já conseguimos formar um grupo que gosta bastante de as realizar.

Através de uns pretende-se chegar a outros e incentivar a prática de exercícios e outras atividades.

A área social e de animação são duas áreas sem sobra de dúvidas importantes para os idosos que residem nesta instituição mas existe uma que é primordial no meio de todas elas, a área da saúde, sem o idoso sentir-se bem física e psiquicamente não podemos trabalhar com eles, é aqui que entra o papel do enfermeiro, o qual consegue fazer um diagnóstico e perceber o que é necessário para melhorar o seu estado de saúde.

O enfermeiro é um profissional imprescindível nesta instituição e para o trabalho em equipa que aqui é desenvolvido.

Este tem como objetivos planear, organizar, coordenar, executar e avaliar o serviço, de forma a capacitar os cuidadores para executar os cuidados à pessoa idosa com ética, sensibilidade e responsabilidade, cabendo ao enfermeiro realizar os cuidados de maior complexidade e que exige maior conhecimento técnico e científico.

O enfermeiro desenvolve suas atividades junto à pessoa idosa, por meio de um processo de cuidar, que consiste olhá-la integralmente, considerando tanto as suas necessidades físicas e biológicas como os aspectos biopsicossociais e espirituais.

Com a intervenção de cada profissional e o trabalho em equipa facilmente se consegue identificar o problema e resolve-lo.

J.A.S.  
J.S.O.G.  
J.P.A.  
J.P.A.

## 5. PROJETOS/AÇÕES

### 5.1. AÇÕES TRAÇADAS E NÃO IMPLEMENTADAS

#### ▪ WORKSHOP – SAÚDE NO IDOSO

Um Workshop é uma espécie de seminário, grupo de discussão ou colóquio, que enfatiza a troca de ideias acerca do assunto abordado.

Com esta ação pretende-se trazer à nossa Instituição oradores de renome e com à vontade para abordar o assunto ligado à saúde no idoso.

É direcionada aos Órgãos Sociais, Técnicos, Colaboradores, Fisioterapeutas e familiares/amigos dos utentes.

A ideia passa por, realizar o Workshop seguindo-se posteriormente um coffee-break para o qual seria solicitado o apoio do comércio local. Seria também fornecido material de apoio a todos os participantes.

O objetivo passa pela aquisição de conhecimentos acerca da problemática em questão atuando assim como forma de prevenção envolvendo Técnicos e Órgãos Sociais.

#### ▪ RELATÓRIOS SOBRE POTENCIAIS PROBLEMAS DE SAÚDE

Realização de relatórios com o levantamento de alguns problemas de saúde dos utentes da instituição. Qual o seu nível de autonomia/funcionalidade? Monitorização do risco de quedas, controlo da dor e prevalência do número de úlceras por pressão. Apenas quando se reconhecem os problemas existentes é possível apontar as necessidades mais prementes na área da saúde dos idosos institucionalizados. É o início para traçar o caminho necessário para a melhoria da qualidade de vida das pessoas institucionalizadas.

#### ▪ CRIAR UMA EQUIPA DE APOIO AOS IDOSOS QUE SE ENCONTRAM NOS SEUS DOMICÍLIOS

Objetivo desta ação passa por dar um apoio mais presencial aos idosos que residem sozinhos nos seus domicílios, através da criação de uma equipa com recursos humanos capacitados para lidar com esta faixa etária da população.

Para isso, será necessário a intervenção do Município, cedendo por sua vez à Instituição pessoal com perfil na área de geriatria.





Handwritten notes and signatures in blue ink, including initials like 'CS', 'HA', and 'J', and a signature that appears to be 'Johanna'.

## ▪ REUNIR COM OS FAMILIARES DOS UTENTES NO FINAL DE CADA ANO

A presença da família é bastante importante para cada um dos nossos utentes, pois o facto de saírem dos seus domicílios e integrarem uma instituição não é muito fácil para estas pessoas.

O pouco tempo que podem estar com os familiares é sem dúvida motivo de alegria e para muitos o seu porto de abrigo.

É por eles que pensamos em realizar uma reunião no final do ano, para transmitir de uma forma geral o estado dos nossos utentes, as suas necessidades, e no fundo para deixar o alerta de quanto é importante uma visita para eles. Com este tipo de reuniões poderão surgir propostas também dos próprios familiares para melhorar algumas lacunas existentes para melhor o funcionamento da Instituição e para o bem-estar do idoso.

## ▪ FACULTAR UM SERVIÇO DE ATENDIMENTO MULTIDISCIPLINAR SEMANAL AOS FAMILIARES DOS UTENTES

Porque o atendimento a familiares ou amigos dos nossos utentes é importante como forma de comunicação consideramos essencial que a equipa multidisciplinar, isto, Assistentes Sociais, Enfermeiro/a e Animador/a Sociocultural definam um dia para atendimento de modo a haver um espaço de partilha e diálogo entre os interessados no processo de bem-estar do idoso. Desta forma, estabelecendo dias para atendimento os familiares poderão ser sempre esclarecidos sobre a situação de saúde, conflitos que possam ter ocorrido e entre outras informações de modo a não colidir com o normal funcionamento da Instituição.

## ▪ AVALIAR A SATISFAÇÃO DOS UTENTES, FAMILIARES E FUNCIONÁRIOS ATRAVÉS DA APLICAÇÃO DE QUESTIONÁRIOS

A satisfação e insatisfação quer por parte dos utentes, familiares e funcionários é uma preocupação constante em Instituições desta envergadura onde se trabalha em prol de outrem. Muitas vezes, se não estivermos bem connosco também não conseguimos estar com os demais. Logo, a satisfação dos colaboradores afeta assim os comportamentos de uma organização.

No caso dos utentes e familiares, é nossa preocupação servir bem, pois, é para eles que trabalhamos logo interessa-nos que se sintam satisfeitos com os nossos serviços.

Assim, pensamos para o próximo ano aplicar questionários de satisfação no final do ano para desta forma perceber a satisfação das pessoas envolvidas na vida da Instituição e poder-se melhorar assim o funcionamento da mesma.



## ▪ **CONCEDER O DIA DE ANIVERSÁRIO AOS COLABORADORES DA INSTITUIÇÃO**

Trabalhar em instituições desta envergadura acaba por ser desgastante e nem sempre se afigura fácil. Logo, trabalhar a motivação dos nossos colaboradores é outro dos pontos fulcrais e bastante importante para que uma organização funcione e concretize os seus objetivos. Assim, pensamos que uma das ações do próximo ano poderia passar por conceder o Dia de Aniversário a todos os colaboradores. Consideramos ser uma forma de incentivo muito importante para quem trabalha diariamente em prol de outrem.

Handwritten signatures and initials in blue ink, including "C.S.", "J.P.", "J.M.", "G.", and "R.", along with a circular stamp.



## 5.2. AÇÕES A DAR CONTINUIDADE

As ações que se seguem foram traçadas e desenvolvidas no plano do ano anterior.

- **AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO – GNR ALERTA IDOSOS PARA AS BURLAS**
- **TRAÇAR OS PLANOS INDIVIDUAIS**
- **DESENVOLVER REUNIÕES COM A EQUIPA TÉCNICA**
- **SIMULACRO DE INCÊNDIO**
- **HORTA BIOLÓGICA**
- **NEWSLETTER INSTITUCIONAL**
- **VACINAÇÃO**
- **POAPMC – PROGRAMA OPERACIONAL DE APOIO ÀS PESSOAS MAIS CARENCIADAS**

O resultado final de cada uma delas, de um modo geral foi satisfatório, pelo que consideramos que são ações para continuar a desenvolver também para o ano 2019.

Pois sem dúvida que parte delas foram /são bastante importantes principalmente para os nossos utentes.

f CS.  
H  
B. Sobrinho  
J. M.  
M.  
M.



CS.  
Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'J. A.', 'J. M.', and 'J. P.'.

### 5.3. NOVAS AÇÕES

- **CRIAÇÃO DE UM PLANO DE ALIMENTAÇÃO MAIS DIVERSIFICADA PARA OS UTENTES**

Pretende-se criar, alternativas aos hábitos alimentares que os utentes têm, principalmente no pequeno-almoço e lanche.

Colocar encima da mesa sumos, frutas, iogurtes, pão com sementes, cereais, chás, pois quase todos os dias comem pão/fiambre/queijo/linguiças nestas duas refeições.

Com uma alimentação mais saudável e variada resolver-se-iam muitos problemas de obstipação que os nossos utentes sentem.

- **ELABORAR E CUMPRIR UM PLANO DE MANUTENÇÃO ANUAL**

Com um edifício de grandes dimensões, é lógico que exista uma manutenção periódica dos equipamentos.

Por vezes, nem sempre se consegue dar resposta às falhas existentes no momento, sendo o tempo de espera algo demorado.

Propomos então a criação de um plano com soluções/alternativas rápidas para resolver/atenuar estas falhas.

- **RESTRUTURAÇÃO DO EDIFÍCIO-AUMENTO DA CAPACIDADE**

Esta ação tem como objetivo aumentar a capacidade de respostas aos clientes que pretendem uma vaga em ERPI.

É necessário a realização destas obras uma vez que a resposta de internamento era bastante solicitada.

- **AQUISIÇÃO DE NOVA VIATURA PARA TRANSPORTE DE CLIENTES**

A atual viatura que a Instituição possui, encontra-se a maior parte do tempo inoperacional, tendo que recorrer a outros meios para poder fazer o transporte dos nossos utentes, bem como para outros serviços necessários para a instituição.

Posto este cenário, está em análise a possibilidade de aquisição de uma nova viatura, com maior número de passageiro incluindo o transporte para cadeiras de rodas.



### ▪ CRIAR UM SERVIÇO DE TELEASSISTÊNCIA PARA O SAD

Pretende-se com este serviço dar resposta imediata em situações de emergência/urgência, segurança e solidão através do simples acionar de um botão pelo utente, que permite o contacto com Bombeiros/GNR.

Este serviço destina-se as pessoas que se encontram em situação de dependência velhice, doença, incapacidade ou isolamento bem como as pessoas plenamente autónomas, mas que desejam sentir-se protegidas.

### ▪ REALIZAÇÃO DE WORKSHOP PARA FOMENTAR A PREVENÇÃO E O COMBATE À VIOLÊNCIA E MAUS TRATOS CONTRA IDOSOS;

A realização de workshops, subordinados á temática violência e maus tratos contra idosos parece-nos importante.

Esclarecer bem o que se entende por maus tratos, que tipos de atitudes podem ser consideradas mau trato, em situações mais embaraçosas saber como reagir e como proceder se o caso for mais além, principalmente com os familiares dos utentes, e até mesmo situações de mau trato entre os idosos.

*[Handwritten notes and signatures in blue ink, including initials and a signature]*



*Handwritten notes and signatures:*  
 J. V. A.  
 J. S. B.  
 J. S. B.  
 J. S. B.  
 J. S. B.  
 J. S. B.

## 6. ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL – PLANIFICAÇÃO

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
JANEIRO	Dia 6 - Dia de Reis;	Convidar as crianças da escola para cantar os reis	Desenvolver o convívio geracional;	Cartolina; Cola; Lápis Canetas de Cor;	Lar Nossa Senhora da Conceição
		Visita ao Presépio De Monsaraz;	Promover a motricidade fina;	Animador Sociocultural;	
		Contar uma história inerente ao dia.	Estimulação cognitiva.	Outros profissionais que interajam diariamente.	
	Dia 18 - Dia Mundial do Riso;	Alguém que conte anedotas;			
	Dia 29 – Dia Mundial do Puzzle;	Construção do puzzle; Realização dos mesmos.			

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
FEVEREIRO	Dia 13 – Dia Mundial da Rádio	Criação de um mural para saber a importância que a rádio teve no seu dia-a-dia;	Promover as lembranças dos tempos passados;	Papel de cenário; Cola; Tesoura; Papel Animador Sociocultural;	Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 14 – Dia de São Valentim	Desenvolver um mural a mostrar como eram os namoros antigamente.		Outros profissionais que interajam diariamente.	



MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
MARÇO	Dia 5 – Carnaval	Desfile de Carnaval (tema a definir);	Promover o convívio entre os funcionários/idosos;	Papel de cenário; Cola; Tesoura; Papel; Bolo; Maquilhagem; Transporte; Almoço; Livro	Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 8 – Dia da Mulher	Lanche convívio; Oferta de flores; Sessão de embelezamento;	Fomentar o convívio entre as idosas;	Animador Sociocultural; Outros profissionais que interajam diariamente.	
	Dia 19 – Dia do Pai	Criar um mural com o relato da experiência de ser pai, e mensagens de filhos para os pais.	Estimular o bem-estar de cada uma;		
		Passeio ao cadaval; Leitura de uma poesia com crianças da escola	Estimular as lembranças do passado;		
	Dia 21 – Dia da Árvore Dia da Poesia	Realização de uma Peça de Teatro	Prestar momentos lúdicos aos utentes. Promover o encontro geracional.		No campo Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 27 – Dia do teatro		Desenvolver a criatividade de cada um.		

*Handwritten notes and signatures in blue ink:*  
f A c 2  
BSCB  
J. A.  
C  
[Signature]



Handwritten notes in blue ink, including the number '4', a signature, and other illegible scribbles.

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
ABRIL	Dia 6 – Dia Mundial da Atividade Física	Desenvolver uma aula de atividade física com um Professor de Educação Física;	Reconhecimento da importância dos movimentos nesta idade;	Papel de cenário; Cola; Tesoura; Papel Livro	Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 23 – Dia Mundial do Livro	Contar uma história às crianças da creche	Promover a interação geracional;	Autocarro Animador Sociocultural; Outros profissionais que interajam diariamente.	
	Dia 25 – Dia da Liberdade	Elaboração de um mural sobre o 25 de Abril	Promover as lembranças do passado;		
	Dia 29 – Dia mundial da dança	Atuação de um Grupo Coral	Promover momentos de convívio entre os utentes;		
	Dia a definir – Ovibeja	Atuação do Grupo de Sevilhanas da terra;	Promover momentos lúdicos;		
			Visita á feira anual		



*Handwritten notes and signatures in blue ink, including the name 'Bsober' and 'M. com'.*

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
MAIO	Dia 1 – Dia do Trabalhador	Criação de um mural sobre o tema; Visita ao museu de Vila Viçosa Museu “Agrícola e Etnográfico”	Promover as lembranças do passado; Criar momentos lúdicos aos utentes;	Papel de cenário; Cola; Tesoura; Papel Autocarro Animador Sociocultural; Outros profissionais que interajam diariamente.	Lar Nossa Senhora da Conceição Vila Viçosa
	Dia 4 – Dia do Bombeiro	Realizar um simulacro de incêndio para preparação de eventuais acidentes;	Desenvolver medidas de prevenção		
	Dia 5 – Dia da mãe;	Criar um mural com o relato da experiência de ser mãe;  Mensagem dos filhos para as mães;	Estimular as lembranças do passado;		
	Dia 15 – Dia Internacional da Família	Lanche com os utentes e familiares	Estimular o convívio entre os utentes e os familiares		
	Dia 17 – Dia da Hipertensão	Workshop com a enfermeira sobre o assunto;	Prevenção de eventuais problemas de saúde relacionados com os problemas de hipertensão;		
	Dia 18 – Dia dos Museus	Visita a um Museu			
	Dia 28 – Dia Internacional do Brincar	Jogos tradicionais entre idosos e as crianças da creche	Criar momentos lúdicos nos idosos  Promover o encontro geracional		



*[Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'John' and 'HB']*

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
JUNHO	Dia 1 – Dia Mundial da Criança	Criação de lembranças às crianças da creche e oferta das mesmas.	Promover encontros interação geracional	Papel de cenário; Cola; Tesoura; Papel Animador Sociocultural;	Lar Nossa Senhora da Conceição Piscina de Barrancos
	Dia 18 – Dia Internacional do piquenique	Almoço na Piscina	Impulsionar momentos de convívio	Outros profissionais que interajam diariamente.	
	Dia 21 – Dia Internacional da música	Criação de instrumentos de música com as crianças; Convite a alguns membros da Banda de Barrancos a tocar algumas músicas na instituição;	Desenvolver momentos lúdicos entre os utentes e crianças;		
	Dias 12/24/29 – Santos Populares	Criação do mastro Marcha entre utentes/Funcionários Sardinhada	Incrementar momentos lúdicos e de convívio;		



*Handwritten notes and signatures in blue ink, including a large signature and some illegible scribbles.*

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
JULHO	Dia 1 – Dia Mundial das bibliotecas  Dia 26 – Dia dos Avós	Visita à Biblioteca Municipal  Lanche convívio; Preparação e oferta de uma surpresa de netos para avós;	Criar o gosto por ouvir a leitura  Promover momentos de convívio	Cola; Tesoura; Papel Animador Sociocultural; Outros profissionais que interajam diariamente.	Biblioteca Lar Nossa Senhora da Conceição

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
AGOSTO	Dia 19 – Dia Mundial da Fotografia	Exposição Fotográfica (tema a definir)	Promover lembranças do passado	Papel cenário Cola; Tesoura; Papel Animador Sociocultural; Outros profissionais que interajam diariamente.	Lar Nossa Senhora da Conceição



*Handwritten notes and signatures in blue ink, including initials and names like 'Belen' and 'J.M.'.*

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
SETEMBRO	Dia 8 – Dia mundial da fisioterapia  Ida à praia (dia a definir)	Vinda da fisioterapia ao lar  Passar um dia à praia	Proporcionar uma aula de fisioterapia nos utentes  Propiciar um dia diferente aos utentes	Material de fisioterapia Autocarro Animador Sociocultural; Outros profissionais que interajam diariamente.	Lar Nossa Senhora da Conceição Praia a designar

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
OUTUBRO	Dia 1 – Dia Internacional do idoso  Dia 5 - Implantação da Republica	(Programação mensal) Workshop Saúde Oral Workshop Diabetes Workshop Alzheimer Cante Alentejano Intercâmbio entre lares Sessão Fotográfica  Construção de um mural sobre o tema	Proporcionar aos utentes momentos de aprendizagem e lúdicos.  Promover lembranças do passado	Material dos workshops Autocarro Fotografa Papel cenário Cola Tesoura Animador Sociocultural; Outros profissionais que interajam diariamente.	Lar Nossa Senhora da Conceição Outros lares a designar;



*Handwritten notes and signatures in blue ink:*  
y f 8 Ma  
B.  
B. Sob  
C  
W

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
DEZEMBRO	Dia 15 - Dia Internacional do Chá	Criação de um mural com os vários tipos de chá e os seus benefícios; Confeção de bolinhos de chá; Lanche com nos bolinhos confeccionados	Oferecer momentos de convívio	Chás Material de confeção dos bolos Papel Cola Tesoura Lápis Canetas	Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos
	24 - Natal	Decoração da sala alusiva ao tema Organização das ofertas de Natal Organização da festa de Natal Atuação dos grupos de cante Natalício.			

**Notas:** O plano está sujeito a alterações. No decorrer do ano poderão ser desenvolvidas outras atividades.



*[Handwritten signatures and initials in blue ink]*

MÊS	DATA	ATIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS MATERIAIS/HUMANOS	LOCAL
NOVEMBRO	Dia 1 – Dia de todos os Santos	Ida ao cemitério com os utentes que queiram ir prestar homenagem aos seus entes que já partiram	Proporcionar uma aula de fisioterapia nos utentes	Carrinha Papel cenário Cola Tesoura Papel Castanhas Animador Sociocultural;	Lar Nossa Senhora da Conceição Local a definir
	Dia 11 – Dia de São Martinho	Criação de um mural com ditados populares Festejo do São Martinho com castanhas assadas.	Oferecer um dia diferente aos utentes	Outros profissionais que interajam diariamente.	
	Dia 21 – Dia Internacional da televisão	Ida a um programa de televisão			



*[Handwritten signatures and initials in blue ink, including a large signature at the top and several initials below it.]*

## 7. PLANIFICAÇÃO SEMANAL

Período	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Manhã	Jogos cognitivos	Fisioterapia	Atividade Física	Fisioterapia	Cante Atelier
Tarde	Jogos Motricidade Fina	Expressão Plástica	Jogos tradicionais Ou Cante Ou Atelier	Jogos	Cinema



*Handwritten notes and signatures in blue ink, including initials and names like 'Bsol' and 'guz'.*

## 8.CONCLUSÃO

Mais um ano, podemos concluir que com o trabalho em equipa é muito mais simples chegarmos aos objetivos propostos, apesar de nem sempre ser fácil a sua realização.

Identificar os pontos fracos existentes é fácil, o difícil é conseguir resolve-los no imediato.

As pessoas, de uma maneira geral são algo resistentes à mudança, mas por vezes é necessário mudar-mos uma e outra vez o que não está a funcionar, porque se nos mantivermos sempre na mesma linha, não se conseguem bons resultados.

No fundo é isso que pretendemos com a realização destas ações, inovar, resolver, atenuar, minimizar os problemas/situações que vão surgindo.

E tudo isto, em prol do bem-estar dos nossos utentes, porque é para eles que trabalhamos, sem idosos nesta instituição nada do que foi aqui transcrito, faria sentido.





## TERMO DE APROVAÇÃO

Ao abrigo e nos termos da alínea c) do artigo 28º dos Estatutos, a Assembleia Geral, sob a proposta da Direção, com o parecer favorável do Conselho Fiscal, resolve por unanimidade aprovar o Plano de Ação e Atividades para o Ano 2019, acima transcrito na íntegra.

Visto e Aprovado em reunião da Assembleia Geral de 10/12/2018

- Maria Celeste Vidinha de S
- BSCON
- Francisco José Feliciano Rebelo
- Carolina Feliciano
- Luolima Tavan Andreu
- Juliana
- Margarida de Fátima Garcia Bergano
  
- Carlos Alberto Elvira Rey
- Cátia Gonçalves
- Domingos Nam Paulo Sim
- Vítorio Manuel António Cruz