

Plano de Ação

e Atividades 2021



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



📌 IDENTIFICAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

LAR NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO DE BARRANCOS

📌 DESIGNAÇÃO DAS RESPOSTAS SOCIAIS

- ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS
- CENTRO DE DIA
- SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO
- CRECHE

📌 MORADAS E CONTACTOS

- TELEFONE: 285 950 060
- SITE: www.lardebarrancos.pt
- E-MAIL : geral@lardebarrancos.pt
- MORADA: Largo Tenente António Augusto de Seixas s/n 7230-001 Barrancos

As Técnicas:

*Vanessa Caçador
Elisabete Navarro
Maria Rita Caeiro*



Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'Dina', 'Prob', and 'RCS'.

Índice

1.INTRODUÇÃO.....	4
2. MISSÃO, VISÃO E VALORES.....	5
3.ENQUADRAMENTO	6
4.BREVE CARATERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO.....	7
4.1. ÁREAS DE INTERVENÇÃO.....	8
4.1.1. ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS.....	8
4.1.2. CENTRO DE DIA	9
4.1.3 .SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO	10
4.1.4 .CRECHE	11
5. OBJETIVOS DO PLANO DE AÇÃO E ATIVIDADES.....	12
6.AÇÕES PLANIFICADAS E CONTINUAS.....	13
7.PLANO DE ATIVIDADES - ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL.....	18
7.1. ATIVIDADES PLANIFICADAS	19
8.PLANIFICAÇÃO SEMANAL.....	31
9.CONCLUSÃO.....	32
10. TERMO DE APROVAÇÃO	33



1. INTRODUÇÃO

A elaboração do Plano de Ação e Atividades constitui um processo de planeamento e uma peça fundamental, a partir da qual, se define para determinado período de tempo os objetivos, a estratégia e metodologia a seguir, assim como os meios e recursos a afetar com vista à prossecução dos objetivos determinados.

O documento divide-se em três partes sendo que, na primeira é feito um breve enquadramento e a caracterização da Instituição. Numa segunda parte são traçadas as ações a desenvolver ao longo do ano e por fim a planificação das atividades de animação sociocultural às quais dá-se continuidade a muitas outras que já foram postas em prática e iniciam-se outras dentro das restrições que a atualidade nos obriga a seguir.

Perante a atual situação de pandemia, que o Mundo atravessa, a verdade é que ficamos mais limitados, no que se refere à concretização de Ações e Atividades, pelo que para o próximo ano, focámo-nos parcialmente em ações a realizar dentro da Instituição, evitando o contato direto com o exterior prevenindo o risco de contágio.

Esperamos que seja possível aplicar e desenvolver as ações descritas, com vista a melhorar o funcionamento desta Instituição, a satisfação das necessidades básicas e de realização pessoal e social dos nossos utentes e colaboradores, tendo sempre em linha de conta os recursos disponíveis para o efeito.



Handwritten signatures and initials in blue ink.

2. MISSÃO, VISÃO E VALORES



MISSÃO: Assegurar uma prestação de serviços qualificada e competente aos utentes e respetivos familiares.



VALORES: Respeito; Ética Profissional; Dedicção; Responsabilidade e Compromisso.



VISÃO: Vir a ser uma instituição de referência, na área das respostas sociais para a população sénior.



POLITICAS: Estas promovem um conjunto de ações/atividades e serviços, comprometendo-se com a qualidade e a melhoria contínua, garantindo permanentemente a prestação de serviços de qualidade aos seus clientes a todas as partes interessadas. Constituem-se como documentos orientadores de condutas e comportamentos que guiam as atitudes e ações de todos os colaboradores da instituição, bem com a relação que é estabelecida com todas as partes interessadas.



3.ENQUADRAMENTO

Deparamo-nos com o envelhecimento da população, como sendo um dos maiores êxitos da humanidade, devido aos avanços médicos e aos cuidados prestados aos idosos, tornando-se também um dos seus maiores desafios, dado as suas consequências sociais, económicas e políticas.

Esta nova realidade colocou a velhice como ponto primordial para o trabalho de várias disciplinas científicas, guiadas pela necessidade em refletir sobre a importância de uma velhice bem estruturada, que permita às pessoas usufruir plenamente esta fase da vida. Procura-se, assim, que dentro das suas limitações, os idosos mantenham um estilo de vida saudável, autónomo e fundamentalmente ativo.

A terceira idade não é apenas o último período evolutivo, decadente e regressivo, da vida do ser-humano, mas antes uma nova fase de evolução, com diferentes formas de viver e de existir, tanto no campo social, como no pessoal.

Não é fácil, a institucionalização de uma pessoa, a separação da própria casa, do meio familiar e social, a patologia dos vínculos institucionais, evidente pela falta de diálogo, as perdas psicossociais que se sucedem, são fatores que levam a que os idosos encarem este processo como sendo “algo de menos bom” que lhes acontece na vida, resultando na maior parte das vezes, numa tristeza inconsolável, levando-os a pensar que sentido faz as suas vidas.

Tendo em conta o que foi aqui referido, é neste sentido que procuramos com elaboração deste plano minimizar /colmatar, quando se consegue, todos estes aspetos negativos, que existem à entrada de um utente na Instituição, procurando promover a saúde e bem-estar de cada um deles.

Cabe à Instituição acolhedora criar meios facilitadores para a sua integração passando informação adequada sobre o funcionamento, os seus direitos e deveres e ainda a disponibilidade em ajudar a solucionar os seus problemas.



Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'D. Proc.', 'Y.P.', and 'A.S.'.

4. BREVE CARATERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

O Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos, no âmbito da sua missão de satisfação de carências sociais desenvolve um leque de respostas sociais no concelho de Barrancos, onde se enquadram os serviços prestados aos utentes e às suas famílias.

É constituído por quatro respostas sociais:

- Estrutura Residencial para Idosos-ERPI;
- Serviço de Apoio Domiciliário;
Centro de Dia;
- Creche

Estas quatro respostas sociais funcionam ligadas entre si, preconizando-se uma gestão organizacional eficaz dos recursos, para obtenção de serviços de qualidade.

Na área dos idosos esta Instituição presta o seu serviço a pessoas de ambos os sexos, temporária ou permanentemente procurando assegurar as suas necessidades proporcionando-lhes qualidade de vida.

A Creche tem como principal objetivo construir um espaço seguro de promoção do desenvolvimento físico, emocional, cognitivo e social das crianças entre os 4 meses e os 3 anos de idade.

A Instituição conta com acordo de cooperação celebrado com o Centro Distrital da Segurança Social de Beja para todas as respostas sociais, estando à data da elaboração do presente documento todas as vagas preenchidas à exceção da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário.



4.1. ÁREAS DE INTERVENÇÃO

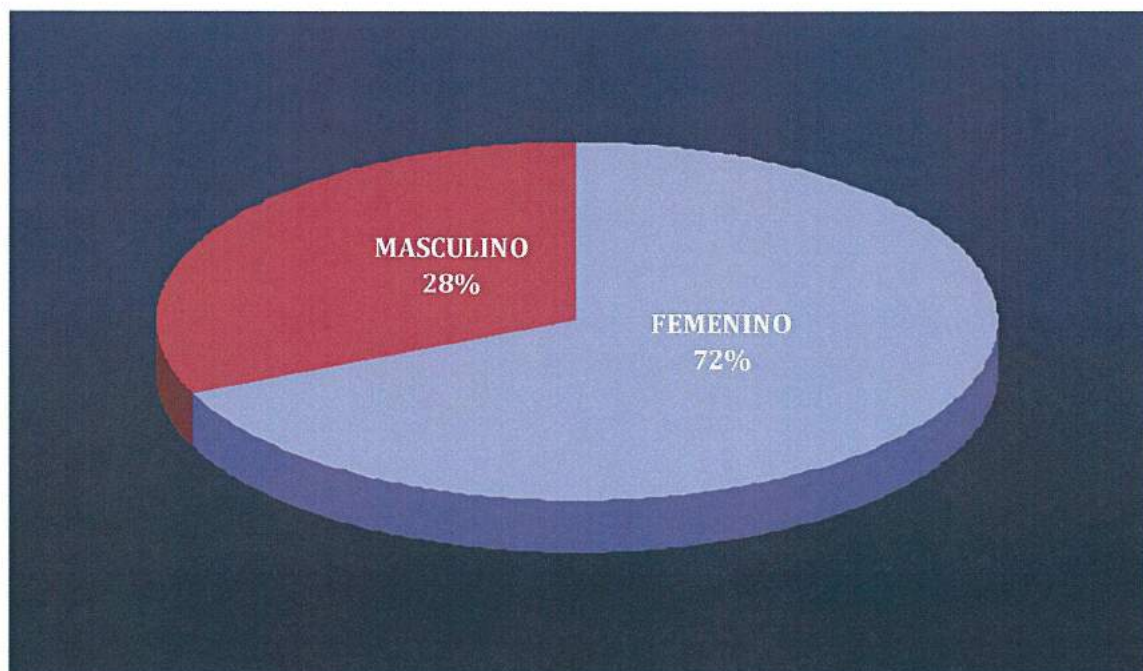
O Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos – Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), é constituído por quatro respostas sociais – Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), Centro do Dia (CD), Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e Creche.

4.1.1. ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS –ERPI

A Estrutura Residencial, é uma resposta social gerida pela IPSS - Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos, e destina-se a acolher temporária ou permanente pessoas idosas, de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 65 anos, em situação de maior risco, perda de independência e/ou autonomia, a considerar caso a caso.

São objetivos da Estrutura Residencial assegurar a satisfação das necessidades básicas proporcionando o bem-estar e qualidade de vida aos seus clientes.

O acordo de cooperação celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social de Beja é para 41 clientes estando as vagas todas preenchidas, destacando-se aqui com 28 utentes do género feminino e 11 do género masculino.



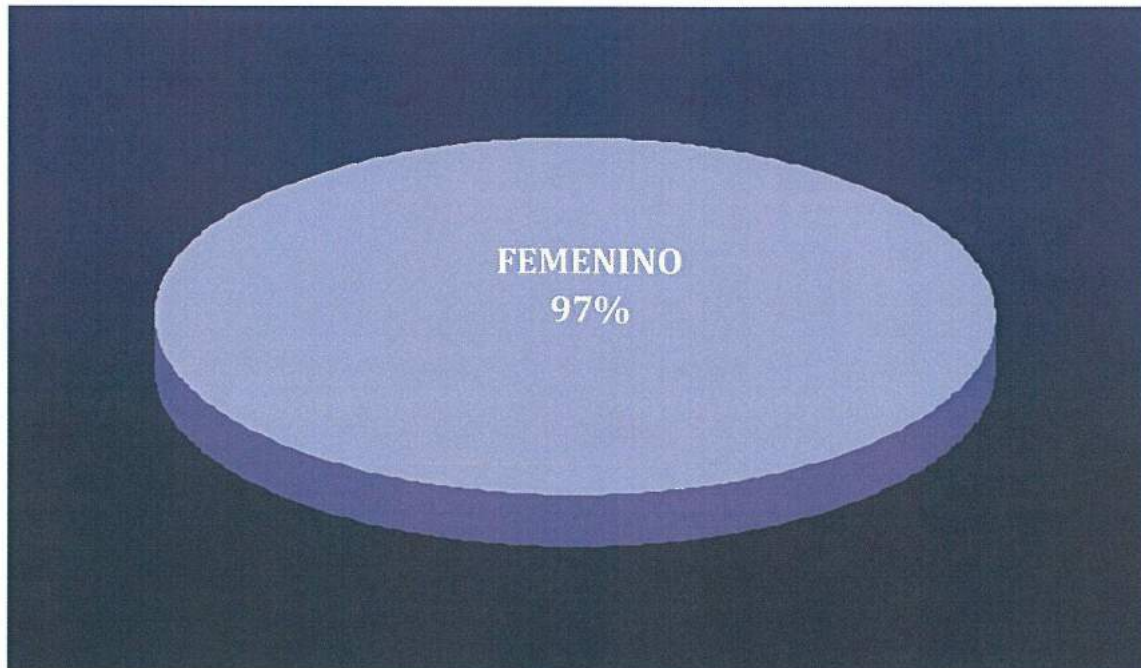


Handwritten notes in blue ink, including the word 'Barrancos' and various symbols and initials.

4.1.2.CENTRO DE DIA

O Centro de Dia de Barrancos (CD) constitui uma resposta social gerida pela IPSS – Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos, com sede na vila de Barrancos, estando protocolado um acordo de cooperação no âmbito de comparticipação financeira com o Centro Distrital de Segurança Social de Beja para 4 clientes.

Esta resposta presta um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção das pessoas idosas no seu meio sociofamiliar. Normalmente é mais procurada por idosos que têm ainda alguma autonomia e que procuram a companhia diária e a partilha de conhecimentos e experiências pessoais proporcionando ainda durante o dia a resolução das necessidades pessoais e socioculturais.





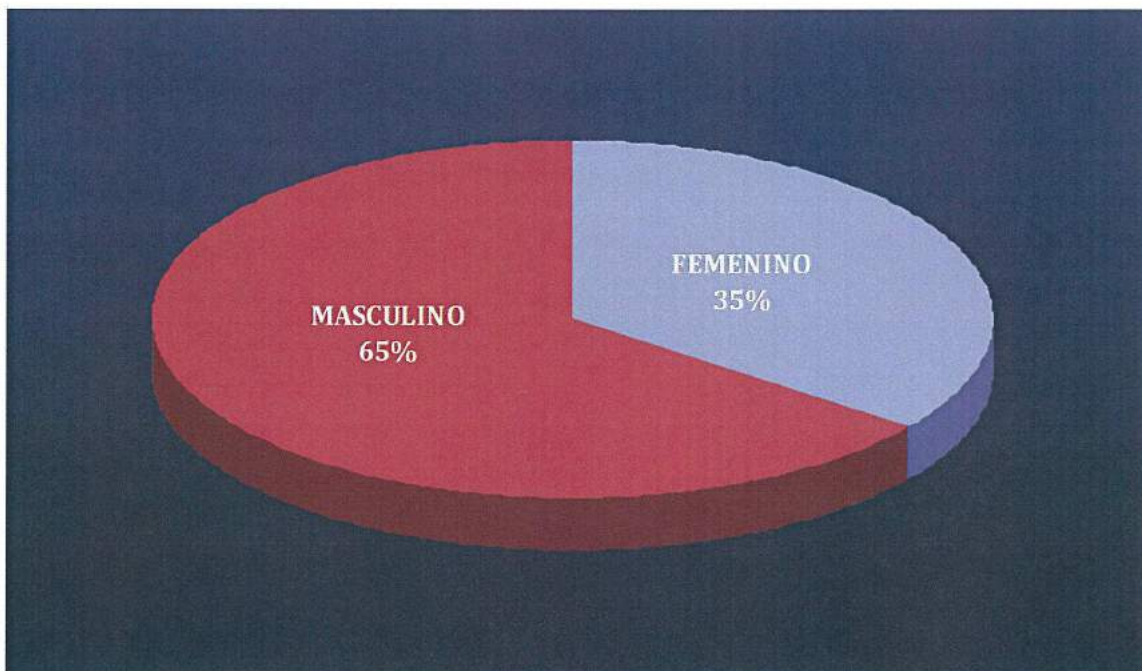
Handwritten signatures and initials in blue ink.

4.1.3.SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO-SAD

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) constitui uma resposta social gerida pela IPSS, Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos, com acordo de cooperação para 34 clientes, sendo que de momento contamos apenas com 17 utentes em Acordo.

Esta Resposta Social presta cuidados básicos ao idoso no seu domicílio, apoiando todos aqueles que, sendo residentes no Concelho de Barrancos, se encontram em situação de dependência, que não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária, isto é, é a ajuda prestada por parte de outrem a uma pessoa com dificuldades em realizar as suas tarefas e necessidades.

Presta uma ajuda doméstica na residência do idoso, que poderá variar consoante as suas necessidades: alimentação, cuidados básicos de higiene e saúde, lavagem e tratamento de roupas, higiene da habitação, acompanhamento ao exterior e aquisição de géneros, facilitando assim a permanência do idoso no seu ambiente socio-familiar.





Handwritten signatures and initials in blue ink.

4.1.4.CRECHE

A Creche é também uma das respostas sociais da Instituição, neste momento com acordo de cooperação para 16 crianças, sendo que 10 crianças são de género masculino e outras 10 de género feminino.

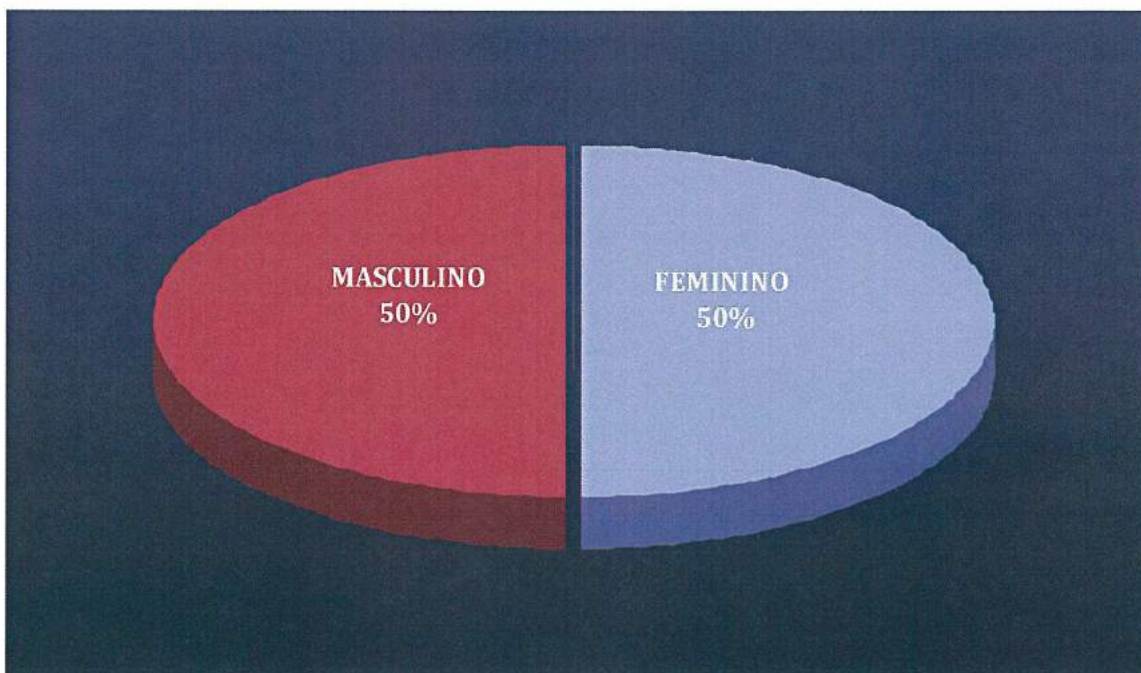
Esta rege-se por documentos próprios, nomeadamente o Regulamento Interno, o Projeto Educativo, o Projeto Pedagógico de Sala e o Plano Anual de Atividades.

A creche de Barrancos, gerida pela associação Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos, visa:

- Proporcionar o bom estar e desenvolvimento integral das crianças num clima de segurança afetiva e física, durante o afastamento parcial do seu meio familiar através de um atendimento individualizado;
- Colaborar estritamente com a família numa partilha de cuidados e responsabilidades em todo o processo evolutivo das crianças;
- Colaborar de forma exemplar no despiste precoce de qualquer inadaptação ou deficiência assegurando o seu encaminhamento adequado.

A população alvo a que se destina são crianças dos 4 aos 36 meses que apresentam características e níveis de desenvolvimento global diferentes durante o decorrer desta faixa etária.

Assim, todos os aspetos relacionados com esta resposta social estão contemplados nos documentos próprios acima referidos.





5.OBJETIVOS DO PLANO DE AÇÃO E ATIVIDADES

- ⊗ Melhorar a qualidade dos serviços prestados aos nossos utentes;

- ⊗ Traçar estratégias de organização e orientação a nível do funcionamento da Instituição;

- ⊗ Garantir um ambiente físico adequado proporcionando todas as condições necessárias;

- ⊗ Perceber o nível de satisfação dos utentes e colaboradores relativamente ao serviço e condições prestadas;

- ⊗ Proporcionar aos utentes atividades socioculturais como forma de ocupação e distração.



6. AÇÕES PLANIFICADAS E CONTÍNUAS

O Plano de Ação e Atividades é o documento que sintetiza as ações e atividades de animação sociocultural traçadas para o próximo ano 2021. Determinadas atividades são delineadas e nem sempre concretizáveis. Conforme referido anteriormente, por imposição do COVID-19 para o ano 2021 tentamos traçar ações consideradas possíveis de concretizar atendendo às medidas impostas pela DGS resultado da pandemia e as quais passamos a enumerar e descrever:

1 – IMPLEMENTAÇÃO DE QUESTIONÁRIOS A TODOS OS COLABORADORES NO ÂMBITO DA SAÚDE, HIGIENE E SEGURANÇA NO TRABALHO: A Saúde, Higiene e Segurança no trabalho, além de constituir uma obrigação legal são um elemento fundamental para o bem-estar dos trabalhadores e para o êxito das Instituições. Assim, irá ser implementado um questionário a todos os colaboradores onde irão ser colocadas questões relacionadas com a Segurança dos mesmos e onde todos se poderão pronunciar.

2 – IMPLEMENTAÇÃO DO REGULAMENTO GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS (RGPD): A privacidade e a proteção dos dados pessoais de todos os utentes e utilizadores dos serviços prestados pelo Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos, em cada momento, constituem um aspeto essencial na forma como este atua e se organiza. A Política de Privacidade do Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos visa garantir que todos os seus Clientes conhecem, a cada momento, as regras e princípios relativos à proteção e tratamento de dados pessoais, desenvolvendo o Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos todos os esforços possíveis para assegurar a segurança desses mesmos dados, de acordo com as normas e procedimentos definidos na legislação aplicável. A Instituição irá assim solicitar consentimento por parte dos detentores das responsabilidades parentais.

3 – IMPLEMENTAÇÃO DA ESCALA DE MORSE NO ÂMBITO DO REGULAMENTO DE PREVENÇÃO DE QUEDAS NO IDOSO: Para um idoso a queda pode ocasionar quadros graves como perda da funcionalidade, necessidade do uso de ajudas técnicas como bengala ou andarilho e, em casos extremos pode levar a que o idoso fique acamado. É possível evitar quadros de queda através da prevenção, de ferramentas que auxiliam a segurança do idoso e de alguns cuidados médicos periódicos. O risco de queda aumenta com o número de fatores de risco. Eliminando um fator de risco, a possibilidade de queda também se reduz. A Escala de Morse é o instrumento mais utilizado na implementação da avaliação de risco de queda. É constituída por seis itens com duas ou três possibilidades de resposta para cada um.



[Handwritten signatures and initials in blue ink]

A cada uma das respostas corresponde uma pontuação sendo a soma dessas pontuações que indica o risco de queda.

Posto isto, e porque são alguns os registos de quedas na nossa Instituição, sendo nosso objectivo minimizar essa situação, a escala de Morse passará a ser implementada aquando da admissão do utente tentando assim evitar a queda daqueles que possuem maior fragilidade.

4 - IMPLEMENTAÇÃO DE INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DO FUNCIONAMENTO FÍSICO DOS UTENTES (ÍNDICE DE KATZ):

O conceito de capacidade funcional implica a habilidade para a realização de atividades que permitam ao indivíduo cuidar de si próprio e viver independentemente. É medida por meio de instrumentos padronizados que avaliam o desempenho do idoso nas atividades da vida diária e nas atividades instrumentais da vida diária. A escala de Katz é um instrumento que avalia o utente como dependente ou independente. Esta é uma das escalas mais utilizadas para avaliação composta por itens os quais obedecem a uma hierarquia de complexidade da seguinte forma: alimentação, controle dos esfíncteres, transferência, higiene pessoal, capacidade para se vestir e tomar banho. Assim, na tentativa de avaliar o índice de dependência dos utentes, aquando da sua admissão irá ser implementada a escala de Katz a qual irá ajudar-nos a determinar a percentagem a aplicar (80%,85% ou 90%).

5 - AVALIAÇÃO DOS COMPLEMENTOS POR DEPENDÊNCIA DE 2º GRAU:

O complemento por dependência é uma prestação em dinheiro atribuída aos cidadãos que se encontrem em situação de dependência e que precisam da ajuda de outra pessoa para satisfazer as necessidades básicas da vida quotidiana, nomeadamente, realização dos serviços domésticos, apoio na alimentação, apoio à locomoção e apoio nos cuidados de higiene. A situação de dependência é certificada pelo Sistema de Verificação de Incapacidades da Segurança Social e graduada em: 1.º grau – pessoas que não possam praticar com autonomia os atos indispensáveis à satisfação de necessidades básicas da vida quotidiana (atos relativos à alimentação ou locomoção ou cuidados de higiene pessoal). 2.º grau – pessoas que acumulem as situações de dependência que caracterizam o 1.º grau e se encontrem acamadas ou apresentem quadros de demência grave. Face ao exposto, os utentes que já possuem o 1º grau, para o próximo ano prevemos fazer uma avaliação ao 2º grau podendo a Instituição vir a beneficiar em matéria de comparticipação adicional. Esta comparticipação adicional é paga direta e integralmente às Instituições ao invés do 1º grau que apenas beneficia mais o utente.



6 – PLANO DE FORMAÇÃO: A qualificação dos recursos humanos continua a ser uma das ações planificadas para o próximo ano.

Pretendemos apostar no desenvolvimento do trabalho em equipa, minimizando os problemas na organização e gestão do trabalho, num trabalho que pela sua natureza obriga a uma elevada carga de trabalho diário e uma forte componente de envolvimento emocional.

Através da medida cheque-formação conseguimos proporcionar a formação sem que envolva custos elevados. Consideramos a formação de extrema importância pois adquirem-se novos conhecimentos e relembram técnicas e formas de atuação.

Candidatamo-nos à medida cheque-formação em 2019 contudo, não foi possível concretizar devido à COVID-19. Estão a reunir-se esforços para que estas sessões na impossibilidade de serem presenciais possam vir a ser via zoom.

Aguarda-se parecer por parte do Centro de emprego evitando perder-se a candidatura. As ações a realizar são as seguintes:

- Gestão Emocional na Organização do Trabalho – 25 horas
- Segurança no Trabalho e Procedimentos de Evacuação e Emergência – 25 horas

Para além da candidatura ao cheque-formação, contamos ainda com o apoio da nossa Enfermeira que poderá transmitir aos nossos colaboradores alguns conhecimentos na área dos primeiros socorros, colocação e remoção de Epi's e entre outros.

7 – APLICAR AOS UTENTES QUESTIONÁRIOS DE AVALIAÇÃO EM RELAÇÃO À SATISFAÇÃO DO SERVIÇO PRESTADO:

Implementar questionários ou entrevistas, para saber/conhecer a opinião dos nossos utentes relativamente ao serviço prestado. Conhecermos as suas opiniões, gostos e interesses, para tentar proporcionar /melhorar um serviço de maior qualidade a todos eles. Só se consegue um bom trabalho, se todos reunirmos esforços para esse efeito, pelo que, esta seria uma estratégia a adoptar para minimizar e/ou melhorar o que na prática não está a resultar.

8 – CRIAR MEDIDAS NA TENTATIVA DE REFORÇAR A RESPOSTA SOCIAL DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO, TENTANDO AUMENTAR O NÚMERO DE UTENTES:

Nos últimos anos, verificou-se uma redução do número de utentes na Resposta Social acima referenciada.

Na sua causa, podem estar subjacentes vários fatores, mas nenhum em concreto esclarecerá o motivo pelo qual se verifica essa baixa de utentes, porque este tipo de serviços prestados, pode ser procurado, não só por um período de tempo mais curto como também por um período mais longo.



[Handwritten signatures and initials in blue ink]

O facto de as reformas serem baixas e ter-se que fazer uma gestão a nível monetário, para pagar a mensalidade destes serviços, juntamente com as despesas que já dispõem nos seus domicílios, pode ser outro dos motivos para esta causa.

A mentalidade das pessoas mais velhas, a impotência de ver que já não são válidos, para fazer os trabalhos domésticos no seu domicílio ou simplesmente fazer a sua higiene pessoal condiciona, de alguma forma a prática de alguns serviços.

Ora perante este cenário, e o que infelizmente já passamos, devido à situação de pandemia pelo COVID-19, provavelmente poderá vir a existir, alguma adesão por parte das pessoas mais velhas e com alguma limitação, a este tipo de serviços, uma vez que, a integração em lar, requer um processo muito mais complexo, devido ao estado de pandemia e onde os cuidados com este tipo de população alvo são redobrados, contudo não é de todo certo que isto vá acontecer.

Assim neste sentido, propomos criar formas mais aliciantes, de dar a conhecer um pouco mais da Resposta Social SAD, criando folhetos com informação dos nossos serviços, bem como criar alguma redução /pacote nos serviços mais favorável/atrativos para o utente.

6.1. AÇÕES A DAR CONTINUIDADE:

1 - ACTUALIZAÇÃO DOS PLANOS INDIVIDUAIS DOS UTENTES: Aquando da admissão de um utente em ERPI deve ser elaborado o plano individual e assinado pelos intervenientes, seja os elementos da equipa multidisciplinar de ERPI, bem como do familiar diretamente responsável pelo utente. Este deve ser revisto de 6 em 6 meses ou anualmente, ou então sempre que exista necessidade.

2 - ATUALIZAÇÃO DA LISTA DE ESPERA: A admissão de um utente na resposta social ERPI exige previamente o preenchimento de uma ficha de inscrição em lista de espera, a menos que, exista uma situação emergente necessitando de resposta imediata não é exigido o seu preenchimento. A lista de espera deverá ser atualizada anualmente ou sempre que se justifique.

3 – ATUALIZAÇÃO DA CARTA SOCIAL: A Carta Social é uma Base de Dados que comporta diversos ficheiros temáticos com a informação mais relevante da rede de serviços e equipamentos, relacionáveis entre si e com referência geográfica ao nível da freguesia/concelho. A atualização da informação é anual e é feito on-line pelas entidades que desenvolvem respostas sociais no âmbito da Rede de Serviços e Equipamentos.



[Handwritten signatures and initials in blue ink]

4- REUNIÕES PERIÓDICAS COM OS COLABORADORES: Se a comunicação já era é um fator de extrema importância numa Instituição desta envergadura, o COVID 19 veio ainda acentuar uma maior necessidade na transmissão de diretrizes e formas de atuação. É importante que todos tenham o máximo cuidado e sigam as recomendações assumidas pelo lar, visto que os idosos são o grupo de risco e propícios a contágio.

5- VACINAÇÃO DOS UTENTES: A vacinação contra a gripe é fortemente recomendada a pessoas consideradas de alto risco, particularmente se residentes em lar de idosos ou outras instituições. Em contexto de pandemia COVID-19 a vacinação é ainda mais recomendada não só aos residentes como também aos colaboradores. A vacina é gratuita e não necessita de declaração médica.

6 – PROJETO MAREES: Apoio ao Reforço de Emergência de Equipamentos – IEFP O projeto MAREES é uma medida temporária e excepcional que consiste no apoio à realização de trabalho socialmente necessário para assegurar a capacidade de resposta das instituições públicas e do setor solidário com atividade na área social e da saúde, durante a pandemia da doença COVID-19. São destinatários da medida a pessoas que se encontrem desempregadas e disponíveis para serem integradas.

Através desta medida temos integrado já algumas pessoas colmatando também as nossas necessidades a nível de recursos humanos sem que tenhamos custos elevados com os mesmos.

7 - PROGRAMA OPERACIONAL DE APOIO ÀS PESSOAS CARENCIADAS – POAPMC: O POAPMC é um Programa Operacional de Apoio às Pessoas mais Carenciadas através da distribuição de géneros alimentares e/ou de bens de primeira necessidade. O Centro Infantil N. Sr.^a do Carmo de Moura (CINSC), funciona como entidade mediadora com a nossa Instituição e o Município para atribuição de géneros a essas famílias.



Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'Jana', 'Y.P.', and 'C.J.'.

7. PLANO DE ATIVIDADES – ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

O Animador Sociocultural é o profissional qualificado apto a promover o desenvolvimento sociocultural de grupos e comunidades, organizando, coordenando e/ou desenvolvendo actividades de animação de carácter cultural, educativo, social, lúdico e recreativo.

Muitos idosos hoje em dia, sentem-se incapazes de fazer algo que lhes incutam, pois para eles, o facto de irem para um Lar está associado a "passar o tempo".

Para dar resposta a tais factos, o Animador Sociocultural tenta preencher o dia dos utentes fazendo com que eles se sintam capazes de realizar actividades, tarefas, e incentivar o convívio e a harmonia entre eles, dinamizando o seu dia-a-dia para que se sintam bem consigo próprios.

Posto isto, o Plano de Atividades desenhado, concebe a animação como parte integrante do quotidiano da instituição e dos seus residentes. Pretendemos, desta forma, contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos mesmos, promovendo um ambiente que permita que os idosos passem parte dos seus dias ocupados.



Handwritten signatures and initials in blue ink.

7.1. ATIVIDADES PLANIFICADAS

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
Janeiro	Dia 6 - Dia de Reis;	<ul style="list-style-type: none"> • Confeção e degustação do bolo rei • Cantar os reis com os utensílios. • Realização de coroaas para festejar os reis. • Visionamento de um filme de comédia; • Construção de puzzles; 	<p>Desenvolver o convívio geracional;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover a motricidade fina; • Estimulação cognitiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cartolina; • Cola; • Lápis • Canetas de Cor; • Animador Sociocultural; • Outros profissionais que intereajem diariamente. 	Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 18 - Dia Mundial do Riso;				
	Dia 29 – Dia Mundial do Puzzle;				



Handwritten signatures and initials in blue ink.

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
Fevereiro	Dia 13 – Dia Mundial da Rádio	<ul style="list-style-type: none">Fazer uma recolha de músicas que os utentes mais gostaram na época deles.Passar as músicas como uma sessão de discos pedidos.Desenvolver um mural com fotos dos utentes e seus conjugue.	<ul style="list-style-type: none">Promover as lembranças dos tempos passados;	<ul style="list-style-type: none">Papel de cenário;Cola;Tesoura;PapelAnimador Sociocultural;Outros profissionais que interajam caramente.	Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 14 – Dia de São Valentim	<ul style="list-style-type: none">Passagem de modelo de fatos de Carnaval (utentes e funcionários)	<ul style="list-style-type: none">Promover o convívio entre os funcionários/idosos;		
	Dia 25 – Carnaval				



Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Materiais/Humanos	Local
Março	Dia 8 – Dia da Mulher	Lanche convívio; Oferta de flores; Tarde de cinema; Criação de uma lembrança para todos os pais.	Fomentar o convívio entre as idosas; Estimular o bem-estar de cada uma; Estimular as lembranças do passado;	Papel de cenário; <ul style="list-style-type: none">• Cola;• Tesoura;• Papel;• Bolo;• Maquilhagem;• Transporte;• Almoço;• Livro <ul style="list-style-type: none">• Animador Sociocultural;• Outros profissionais que interajam diariamente.	Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 19 – Dia do Pai	Leitura de uma poesia	Prestar momentos lúdicos aos utentes. Promover o encontro geracional. Desenvolver a criatividade de cada um.		No campo Lar Nossa Senhora da Conceição
	Dia 21 – Dia da Árvore - Dia da Poesia - Dia 27 – Dia do teatro	Visualização de uma Peça de Teatro			



Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'Sofia', 'D. S.', and 'D. C.'.

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local	
Abril	• Dia 6 – Dia Mundial da Atividade Física	• Desenvolver uma aula de atividade física diferente da semanal;	• Reconhecimento da importância dos movimentos nesta idade;	• Papel de cenário; • Cola; • Tesoura; • Papel • Livro	-ar Nossa Senhora da Conceição	
	• Dia 23 – Dia Mundial do Livro	• Realização de um filme de um utente a contar uma história, para mostrar às crianças da creche	• Promover a interação geracional;	• Autocarro • Animador • Sociocultural;		
	• Dia 25 – Dia da Liberdade	• Visualização do filme “Capitães de Abril”	• Promover as lembranças do passado;	• Outros profissionais que interajam diariamente.		
	• Dia 29 – Dia mundial da dança	• Realização de uma coreografia de dança	• Promover momentos de convívio entre os utentes;			
				• Promover momentos lúdicos;		



Handwritten notes and signatures in blue ink at the top of the page.

Mês		Atividade		Objetivo		Recursos Materiais/Humanos		Local	
Maio		Dia 1 – Dia do Trabalhador	<ul style="list-style-type: none">• Criação de um mural sobre o tema -perceber junto dos utentes a importância desta data comemorativa;• Realizar um simulacro de incêndio para preparação de eventuais acidentes;• Criar um mural com o relato da experiência de ser mãe;• Mensagem dos filhos para as mães;• Lanche convívio com os utentes e familiares/funcionárias	<ul style="list-style-type: none">• Promover as lembranças do passado;• Criar momentos lúdicos aos utentes;• Desenvolver medidas de prevenção	<ul style="list-style-type: none">• 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	<ul style="list-style-type: none">• Mensagem dos filhos para as mães;• Lanche convívio com os utentes e familiares/funcionárias	<ul style="list-style-type: none">• Estimular as lembranças do passado;					
		Dia 2 – Dia da mãe;	<ul style="list-style-type: none">• Workshop com a enfermeira sobre o assunto;	<ul style="list-style-type: none">• Estimular o convívio entre os utentes e os familiares					



- Dia 15 – Dia Internacional da Família
- Dia 17 – Dia da Hipertensão
- Dia 28 – Dia Internacional do Brincar

- Realizar um jogo com os idosos e oferecer aos meninos da creche

- Prevenção de eventuais problemas de saúde relacionados com os problemas de hipertensão;
- Criar momentos lúdicos nos idosos
- Promover o encontro geracional

Handwritten signatures and initials in blue ink.



Mês		Atividade		Objetivo		Recursos Materiais/Humanos		Local	
Junho		<ul style="list-style-type: none">• Dia 1 – Dia Mundial da Criança• Dia 18 – Dia Internacional do piquenique• Dia 21 – Dia Internacional da música• Dias 12/24/29 – Santos Populares	<ul style="list-style-type: none">• Criação de lembranças às crianças da creche e oferta das mesmas.• Fazer o almoço na parte exterior da instituição.• Criação de instrumentos de música com as crianças;• Realização de um karaoke• Criação do mastro• Marcha entre utentes/Funcionários• Sardinhada	<ul style="list-style-type: none">• Promover encontros interação geracional• Impulsionar momentos de convívio• Desenvolver momentos lúdicos entre os utentes e crianças;• Incrementar momentos lúdicos e de convívio;	<ul style="list-style-type: none">• Papel de cenário;• Cola;• Tesoura;• Papel• Animador• Sociocultural;• Cutros profissionais que interajam diariamente.	<ul style="list-style-type: none">• Lar Nossa Senhora da Conceição• Piscina de Barrancos			



Handwritten signatures and initials in blue ink at the top of the page.

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
Julho	• Dia 1 – Dia Mundial das bibliotecas	<ul style="list-style-type: none">• Ver livros que os utentes possam ter memória, fazer a requisição e trabalhar esses livros• Lanche convívio;• Preparação e oferta de uma surpresa de netos para avós;	<ul style="list-style-type: none">• Criar o gosto por ouvir a leitura	<ul style="list-style-type: none">• Cola;• Tesoura;• Papel• Animador Sociocultural;• Outros profissionais que interajam diariamente.	<ul style="list-style-type: none">• Bibl oteca• Lar Nossa Senhora da Conceição
	• Dia 26 – Dia dos Avós		<ul style="list-style-type: none">• Promover momentos de convívio		



Handwritten signatures and initials in blue ink.

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
AGOSTO	<ul style="list-style-type: none">• Dia 19 – Dia Mundial da Fotografia	Sessão fotográfica com os idosos	<ul style="list-style-type: none">• Promover lembranças do passado	<ul style="list-style-type: none">• Papel cenário• Cola;• Tesoura;• Papel• Animador Sociocultural;• Outros profissionais que interajam diariamente.	<ul style="list-style-type: none">• Lar Nossa Senhora da Conceição

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
Setembro	<ul style="list-style-type: none">• Dia 8 – Dia mundial da fisioterapia• Dia 21 – Dia do Alzheimer	<ul style="list-style-type: none">• Realizar exercícios de Fisioterapia• Criação e execução de jogos que ajudem a retardar o Alzheimer	<ul style="list-style-type: none">• Proporcionar uma aula de fisioterapia nos utentes	<ul style="list-style-type: none">• Material de fisioterapia• Autocarro• Animador Sociocultural;• Outros profissionais que interajam diariamente.	<ul style="list-style-type: none">• Lar Nossa Senhora da Conceição



Handwritten signatures and initials in blue ink at the top of the page.

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
Outubro	<ul style="list-style-type: none">• Dia 1 – Dia Internacion al do idoso	<p>(Programação mensal)</p> <ul style="list-style-type: none">• Lanche convívio• Comemoração do dia da alimentação• Comemoração do dia da terceira idade• Workshops de saúde	<ul style="list-style-type: none">• Proporcionar aos utentes momentos de aprendizagem e lúdicos.	<ul style="list-style-type: none">• Material dos workshops• Autocarro• Fotografia• Papel cenário• Cola• Tesoura• Animador Sociocultural;• Outros profissionais que interajam diariamente.	<ul style="list-style-type: none">• Lar Nossa Senhora da Conceição• Outros lares a designar;



Handwritten signatures and initials in blue ink, including 'Suzete', 'CPI', and 'G. B. 2006'.

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
Novembro	• Dia 11 – Dia de São Martinho	<ul style="list-style-type: none"> • Lanche convívio alusivo ao tema • Criação de um mural com ditados populares • Festejo do São Martinho com castanhas assadas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Oferecer um dia diferente aos utentes 	<ul style="list-style-type: none"> • Carrinha • Papel cenário • Cola • Tesoura • Papel • Castanhas • Animador Socio cultural; • Outros profissionais que interajam diariamente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lar Nossa Senhora da Conceição • Local a definir
	• Dia 21 – Dia Internacional da televisão	<ul style="list-style-type: none"> • Assistir a um concerto 			



Handwritten signatures and initials in blue ink.

Mês	Dia	Atividade	Objetivo	Recursos Materiais/Humanos	Local
Dezembro	• Dia 15 - Dia Internacional do Chá	<ul style="list-style-type: none">• Criação de um mural com os vários tipos de chá e os seus benefícios;• Confeção de bolinhos de chá;• Lanche com nos bolinhos confeccionados	<ul style="list-style-type: none">• Oferecer momentos de convívio	<ul style="list-style-type: none">• Chás• Material de confeção dos bolos• Papel• Cola• Tesoura• Lápis• Canetas	<ul style="list-style-type: none">• Lar Nossa Senhora da Conceição de Barrancos
	• 24 - Natal		<ul style="list-style-type: none">• Decoração da sala alusiva ao tema• Organização das ofertas de Natal• Organização da festa de Natal Natalício.		



8. 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

gerson
De
AS y
3
13
13

9. CONCLUSÃO

Em suma, perspetivamos que para o próximo ano possam ser concretizadas todas estas ações, para melhoria da Instituição, bem-estar dos nossos utentes e colaboradores, apesar das barreiras que possamos encontrar e que possam deturpar a realização destes trabalhos.

Concluimos que as ações traçadas para os colaboradores e as respostas sociais que a Instituição dispõe, são fruto das necessidades sentidas ao longo de anos anteriores e carecem de alguma dedicação.

Ora no que respeita à animação sociocultural, este ano em concreto e para o próximo, tem um papel primordial na vida dos nossos utentes.

Digamos que é a solução para o grande problema que desencadeou esta pandemia, “o viver numa residência isolados do mundo lá fora”, sem poder tocar nem sentir os seus familiares e amigos, sem poder sentir e apreciar o tempo, nem passear pelas ruas livremente.

Para muitos utentes, esta realidade passa-lhes ao lado devido ao seu estado de saúde, no entanto, para aqueles que estão bem a nível psicológico, encaram esta situação como desesperante, bastante triste, fazendo com que os dias sejam mais escuros.

É por isso que a animação deve intervir em todos os campos da vida dos idosos, sendo um estímulo permanente para as capacidades mental, física e afetiva. Atua como facilitadora do acesso a uma vida mais ativa e criativa, melhora as relações de comunicação com os outros, gerando uma melhor preparação para a vida em comunidade e desenvolve a autonomia pessoal.

Este ano em concreto e para o próximo sentimos que o desafio será muito maior, é necessário reunir esforços, trabalhar em equipa sempre com o objetivo de privilegiar quem mais precisa.



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 2021, acima transcrito na íntegra.

Visto e Aprovado em reunião da Assembleia Geral de 23/11/2020

A Assembleia-Geral

Maria Luísa Saldanha de S.
Presidente

A Direção

Francoise José Feliciano Teófilo
Cécilia Feliciano
Juliana

Carolina Tavares Saldanha
Herculina de Fátima Garcia Bergano

O Conselho Fiscal

Carlos Alberto Almeida
Rafael A. Gonçalves
Joaquim Manuel dos Santos