

Plano de Actividades 2012



*“Envelhecimento Ativo e Solidariedade entre
Gerações”*

Introdução

A Santa Casa tem como Missão servir a comunidade através de respostas de qualidade, solidárias e integradas, respeitando necessidades e características individuais. Este desafio é obviamente imposto e partilhado pelos recursos humanos que diariamente trabalham na instituição. Contudo, a instituição deve a sua existência ao voluntariado. Diariamente conta com o apoio de pessoas que dedicam parte da sua vida aos mais necessitados de auxílio, incluindo todos os órgãos de direcção, cujos cargos não são remunerados.

É visão da Instituição assegurar a capacidade de resposta às necessidades diagnosticadas mediante critérios de eficácia, eficiência e sustentabilidade.

É fundamental acompanhar as novas necessidades individuais e sociais e corresponder à realidade, sempre no respeito pelos direitos humanos, ajustando a intervenção às necessidades atuais.

Assim, a estrutura e planificação das actividades tiveram em atenção os seguintes princípios / regras:

- ✓ Respeito pelas diferenças religiosas, étnicas e culturais dos clientes;
- ✓ Promoção da autonomia e qualidade de vida;
- ✓ Estimulação ativa dos clientes;
- ✓ Respeito quanto à individualidade, capacidades, potencialidades, hábitos, interesses e expectativas do cliente;
- ✓ Promoção da participação ativa dos clientes no quotidiano da instituição;
- ✓ Promoção da comunicação, convivência e ocupação do tempo livre dos clientes.

OBJECTIVOS GERAIS

- a. Promover o Bem-estar físico e psicológico do utente, através da estimulação cognitiva e funcional.
- b. Preservar a sua autonomia pelo maior tempo possível.
- c. Manter uma ligação próxima tanto ao meio familiar como à comunidade em geral, possibilitando a manutenção de papéis sociais e a interação.

O presente relatório pretende também enquadrar-se no objetivo do Ano Europeu do Envelhecimento ativo e Solidariedade entre Gerações.

Aos utentes da Santa Casa da Misericórdia de Fátima-Ourém pretende-se promover o **envelhecimento ativo e o convívio entre gerações** através da oportunidade de viverem uma vida o mais saudável e gratificante possível e incentivar os jovens a colaborar para promoção de uma vida melhor. Os jovens também têm muito a ganhar com a experiência, as competências e a herança cultural dos mais velhos.

A boa forma física e mental é essencial para gozar uma boa qualidade de vida. Isso significa prevenir doenças e lesões provocadas por más condições e promover estilos de vida saudáveis.

Uma vez que a Instituição não possui todos os meios necessários para a prossecução das atividades ocupacionais e de desenvolvimento pessoal, em algumas atividades prevê-se o recurso à cooperação e parcerias externas, de forma a dar resposta às necessidades e expectativas dos clientes.

O Plano foi realizado pela Diretora Técnica, Psicóloga e Animadora sócio-cultural da Instituição, estando contemplados todos os utentes das várias respostas sociais de Estrutura Residencial para Idosos (ERI), Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), Centro de Convívio (CC) e Gabinete de Alzheimer (GA).

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações			
			Jan.	Fev.	Mar.	Abril	Maior	Jun	Jul	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.								
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Dia de Reis	“Vamos ver fazer Bolo Rei”. Visita à Fábrica da Milano	6															Fábrica da Milano				
	Dia N. Sra. Candeias	Recolha de tradições e lanche com filhos	2															Recursos Alimentares				
Proporcionar actividades de reflexão espiritual	Dia Mundial do Doente	Celebração da palavra e comunhão	11															Animadora, Diácono, Ministra da Comunhão	ERI	Televisor		
	Dia da Amizade	Fazer biscoitos caseiros alusivos à data Quadras do Dia dos Namorados	14															Animadora, Funcionárias	ERI, CC	Recursos alimentares		
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Desenvolver o sentimento de entreeajuda.	Dia da Amizade	Jogo do Amigo Invisível																Animadora	ERI, CC	Recursos alimentares		
	Baile de Carnaval	Ida à discoteca ou tarde musical	17															Equipa Técnica, Musicoterapeuta	ERI, CC, SAD	Transportes	Kayene, outras IPSS's	
Combater o isolamento social; Desenvolver as relações interpessoais; Proporcionar momentos de diversão e descontração; Promover o convívio entre utentes, famílias, funcionárias e comunidade em geral	Almoço das Comadres	Almoço convívio no Salão da Ortiga	19															Mesa Administrativa, Funcionárias e Voluntárias	ERI, CC, SAD, GA	Transportes, Recursos Alimentares e logísticos		
	Quarta-feira de Cinzas	Recolha de tradições e troca de experiências	22															Animadora	ERI			
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;																						

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações		
			Jan	Fev.	Mar	Abril	Mai	Jun	Jul	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.							
Combater o isolamento social; Desenvolver as relações interpessoais; Proporcionar momentos de diversão e descontração; Promover o convívio entre utentes e comunidade em geral	Histórias contadas	Participação na atividade "Histórias contadas" com Clara Haddad		24														Transportes	Lar Sta. Beatriz		
Promover actividades de valorização pessoal e auto-estima; Desenvolver as relações interpessoais; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Dia da Mulher	Tarde Musical			8													Flores de papel e quadras sobre a mulher			
Promover momentos de convívio e de troca e aquisição de saberes.	Ida às Grutas da Moeda	Visita às Grutas da Moeda			13													Transportes			
Esclarecer dúvidas aos familiares; Sensibilizar as famílias para a importância da sua participação nas actividades da Instituição; Promover a participação das famílias	Dia do Pai	Tarde convívio com o envolvimento activo das famílias			19													Recursos Alimentares		18H-19H	
Convívio entre Pais e filhos	Dia Mundial da Árvore	Passeio à Serra D'Aire e Candeeiros, Barreiro Galvão			21													Transportes e Recursos Alimentares			
Desenvolver as relações interpessoais e sentimentos de utilidade; Proporcionar momentos de partilha de saberes; Proporcionar momentos de diversão e descontração, convívio e bem-estar;	Dia do Teatro	Ida ao Teatro			27													Transportes			
Proporcionar momentos de diversão e descontração, convívio e bem-estar; Reviver tradições;																					

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações																
			Jan	Fev.	Mar	Abril	Mai	Jun	Jul	ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.																					
Promover actividades de valorização pessoal e auto-estima; Desenvolver as relações interpessoais e sentimentos de utilidade; Proporcionar momentos de partilha de saberes; Desenvolver o sentimento de entreaajuda.	Preparação das ofertas para Páscoa	Elaboração de saquinhos com amêndoas																									Amêndoas caramelizadas	ERI e CC							
	Retiro/Reflexão Confissões	Retiro/Reflexão Confissões																											Transportes	ERI	Lar Sta. Beatriz				
Proporcionar actividades de reflexão espiritual	Via Sacra	Realização de Via Sacra no Lar ou exterior					3																						Transportes	ERI, CC, SAD	C. Bem-Estar Bairro				
	Hora do Conto	Participação na atividade, dinamizada pela Biblioteca de Ourém					11																							ERI	Biblioteca de Ourém		14H30-15H30		
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Dia dos Monumentos	Visita a um Monumento Nacional					18																							CC			Transportes e Recursos Alimentares		
	Dia Mundial da Dança	Tarde animada com música e dança					30																							ERI		Tutu Ballet			
Angariação de fundos; Sensibilizar a comunidade para a solidariedade; Convívio	Vº Caminhada	Caminhada pela Solidariedade "Alzheimer"					1																						Mesa Administrativa, Equipa Técnica	ERI,SAD,CC,GA			Transportes		
	Dia da Música	Tarde musical					5																						Musicoterapeuta	ERI			Instrumentos musicais		
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;																																		Universidade Lusitana de Lisboa	

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações		
			Jan.	Fev.	Mar.	Abril	Mai	Jun	Jul	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.							
Esclarecer dúvidas aos familiares; Sensibilizar as famílias para a importância da sua participação nas actividades da Instituição; Promover a participação das famílias	Dia da Mãe	Tarde convívio com o envolvimento activo das famílias																ERI	flôr de papel		14H-15H
Convívio entre Pais e filhos	Dia dos Museus	Ida a um Museu e Piquenique à praia																Animadora	Transportes e Recursos Alimentares		
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Peregrinação a Fátima dos Doentes Alzheimer	Participação na Peregrinação organizada pela delegação centro da Alzheimer Portugal																Psicóloga	Transportes	Delegação centro da Alzheimer Portugal	
Proporcionar momentos de convívio intergeracional; Sensibilização para a diferença.	Dia da Criança	Conto da história "Matilde a galinha diferente" através do Flanelógrafo																Animadora	Transportes	Bom Samaritano	Flanelógrafo
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Festa Santos Populares	Sardinhada com tarde convívio																Funcionárias	Recursos alimentares		
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Dia de S. João	Visita à Capela de S. João																Animadora	Transportes		Lomba d' Égua
Proporcionar actividades de reflexão espiritual; Convívio	Dia de S. Pedro	Visita à capela de S. Pedro																Animadora	Transportes		Maxieira
Proporcionar actividades de reflexão espiritual; Convívio	Festas N. Sra. Ortiga	Almoço convívio na Ortiga																Provedoria, Funcionárias, Voluntários, Comunidade em geral.	Transportes, Recursos alimentares		

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações					
			Jan	Fev.	Mar	Abril	Mai	Jun	Jul	Ag.	Set	Out	Nov.	Dez.										
Proporcionar momentos de convívio intergeracional; Sensibilização para a diferença.	Dia dos Avós	Piquenique Pedreiras ou Programa Santuário de Fátima (a confirmar)									26							Transportes, Recursos alimentares, jogos	ERI, CC, SAD e GA	Provedoria, Funcionárias, Voluntários, Comunidade em geral.				
Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Passeio dos idosos Concelho	Participação na atividade organizada pela CMO																Recursos alimentares	ERI	Animadora	CMO			
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Visita Quinta Pedagógica	Visita à Quinta Pedagógica "Quinta da Escola" - Centro de Educação Ambiental. Serra D'Aire e Candeeiros																Transportes	CC e SAD	Equipa Técnica				
Sensibilizar a comunidade para a doença de Alzheimer;	Dia Mundial do Alzheimer	Rastro e Workshop											21					Logística da sessão de informação.	ERI, SAD, CC, GA e comunidade em geral	Provedoria, oradores externos.	Núcleo de Almeirim da Alzheimer Portugal			
Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Dia Internacional do Idoso	Participação no evento organizado pela C.M.O.														1		Transportes SCMFO	ERI e SAD	Animadora				
Promover o fortalecimento e resistência muscular, melhorar o equilíbrio e a coordenação, diminuir a ansiedade e contribuir para a reabilitação física;	Hidroginástica no CRIF	Ida à piscina do CRIF																Transportes	ERI e CC	Animadora	CRIF			
Angariação de fundos; Sensibilizar a comunidade para a solidariedade; Convívio	VIIº Aniversário	Programa a definir pela Mesa Administrativa																Logística. Recursos alimentares. Transportes	ERI, CC, SAD e GA	Provedoria, Funcionárias, Voluntários e Comunidade em				

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações			
			Jan.	Fev.	Mar.	Abril	Maior	Jun	Jul	Ago.	Ser.	Out.	Nov.	Dez.								
Promover actividades de valorização pessoal e auto-estima; Desenvolver as relações interpessoais e sentimentos de utilidade; Proporcionar momentos de partilha de saberes; Desenvolver o sentimento de entreajuda.	Preparação do Bolinho	Apoio na confeção de bolinhos e elaboração dos sacos																Recursos alimentares e material diverso				
	Preparação dos Postais de Natal	Elaboração de postais de Natal																Animadora	ERI e CC			
Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração; Proporcionar momentos de convívio intergeracional;	Dia do Bolinho	Entrega de bolinhos e rebuçados às crianças																Voluntária	ERI			
	Magusto	Tarde de convívio com música e castanhas assadas																Animadora e Musicoterapeuta	ERI e CC			Universidade Lusitana de Lisboa
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Ida à Cooperativa de Fátima	Visita às instalações																Animadora	ERI			Cooperativa de Olivicultores de Fátima
	Preparação da Festa de Natal e Decoração	Elaboração da decoração de Natal, Ensaios e Decoração da Instituição																Animadora	ERI e CC			
Promover actividades de valorização pessoal e auto-estima; Desenvolver as relações interpessoais e sentimentos de utilidade; Proporcionar momentos de partilha de saberes; Desenvolver o sentimento de entreajuda.	Festa de Natal	Tarde convívio com o envolvimento activo das famílias																Provedoria, Funcionárias, Voluntários	ERI, CC, SAD e GA			Transportes SCMFO. Recursos alimentares
	Angariação de fundos; Sensibilizar a comunidade para a solidariedade; Convívio																					

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações		
			Jan.	Fev.	Mar.	Abril	Mai	Jun	Jul	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.							
Proporcionar momentos de partilha de saberes; Reviver tradições; Proporcionar momentos de diversão e descontração;	Visita à Cidade de Natal	Visita às decorações de Natal no Concelho															Animadora	ERI e CC	Transportes SCMFO		
Celebrar a vida; Proporcionar momentos de diversão e descontração; Proporcionar momentos de família.	Comemoração dos Aniversários	Envio de postal de aniversário Lanche convívio com Familiares e oferta de Postal Personalizado															Animadora, Psicóloga, Diretora Técnica	GA e SAD			
Promover autonomia e bem-estar dos clientes.	Mexe-te comigo.	Exercícios de mobilização individuais e/ou grupo															Animadora e Psicóloga	ERI e CC	Materiais diversos		Diário
Permitir a expressão de emoções; Diminuir a sintomatologia depressiva e ansiosa; Estimular as capacidades cognitivas (atenção e concentração); Proporcionar momentos de convívio e descontração.	Sessões de Cinema	Visionamento de filmes															Psicóloga	ERI e CC	Filmes, Material informático		
Proporcionar momentos de partilha de sentimentos, emoções e experiências entre cuidadores. Aprendizagem de técnicas para resolução de problemas	Grupos de Auto-ajuda	Sessões de partilha de sentimentos, emoções e experiências entre cuidadores. Aprendizagem de técnicas para resolução de problemas															Psicóloga	Cuidadores e familiares de doentes de Alzheimer	Material informático		
Proporcionar actividades de reflexão espiritual	Eucaristia	Celebração da Eucaristia															Sr. Prior	ERI, CC e SAD			

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações	
			Jan.	Fev.	Mar.	Abril	Mai	Jun	Jul	Ago.	Sep.	Out.	Nov.	Dez.						
Permitir a expressão da criatividade e emoções; Aumentar a auto-estima; Diminuir a sintomatologia depressiva e ansiosa; Estimular as capacidades cognitivas (atenção e concentração); Proporcionar a manutenção das capacidades motoras.	Musicoterapia	Sessões de musicoterapia															Instrumentos musicais	ERI		
Dotar cuidadores de coentes de Alzheimer de conhecimentos sobre a doença e técnicas para aumentar a qualidade de vida destes doentes	Grupos de Suporte	Sessões de informação para cuidadores		3													Equipamento informático	Cuidadores e familiares de doentes de Alzheimer		
Avaliar individualmente, pelo menos semestralmente, as capacidades cognitivas e funcionais dos utentes e estar atento aos sinais mais comuns na demência de forma a efectuar o diagnóstico e intervenção precoce.	Diagnóstico Precoce	Aplicação de testes de avaliação cognitiva (MMS); Teste do Relógio, GDS, Índice de Barthel) e entrevista;															Provas de rastreio cognitivo	ERI e GA		
Estimular as capacidades cognitivas dos utentes; Melhorar a coordenação fina motora; Prevenir a perda de aptidões funcionais; Ajudar a pessoa na preservação das suas capacidades físicas, psicológicas e sociais	Intervenção cognitiva e funcional	Realização de sessões individuais de reabilitação e estimulação cognitiva e funcional															Jogos terapêuticos de estimulação	ERI e GA		

Plano de Atividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações					
			Jan.	Fev.	Mar	Abril	Mai	Jun	Jul	Ag.	Sep.	Out.	Nov.	Dez.										
Desenvolver estratégias de coping para lidar com as limitações, com o processo demencial e com as mudanças que este acarreta; Intervir nos sentimentos que advêm da percepção da incapacidade-angústia, frustração e depressão.	Apoio Psicológico e aconselhamento	Sessões individuais de acompanhamento psicológico																		Psicóloga	ERI			
Maximizar o funcionamento cognitivo, social e comportamental; Combater o isolamento social; Promover a ocupação e manutenção de papéis sociais.	Grupos de Memória	Realização de sessões de estimulação da memória, em grupo (8 pessoas)																		Psicóloga	ERI	Equipamento informático		
Desenvolver estratégias de coping para lidar com as limitações, com o processo demencial e com as mudanças que este acarreta; Intervir nos sentimentos que advêm da percepção da incapacidade-angústia, frustração e depressão.	Apoio Psicológico e aconselhamento à pessoa com doença de Alzheimer	Sessões individuais de acompanhamento psicológico																		Psicóloga	GA			
Identificar e intervir nas áreas de stress e sobrecarga; Desenvolver e fortalecer as estratégias de coping; Fornecer informação sobre as características da doença e suas consequências futuras; ensinar a interpretar os comportamentos da pessoa; Favorecer a resolução de problemas práticos.	Apoio Psicológico e aconselhamento ao cuidador	Sessões individuais de acompanhamento psicológico																		Psicóloga	Cuidadores e familiares de doentes de Alzheimer			

Plano de Actividades 2012

Objetivo	Atividade	Descrição da atividade	Calendarização												Intervenientes / Responsáveis	Participantes por resposta social	Recursos Materiais	Parceiros	Observações											
			Jan.	Fev.	Mar.	Abril	Maió	Jun	Jul	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.																
Avaliar o grau de satisfação dos utentes pelo serviço prestado; Apoio psicossocial	Visitas Domiciliárias	Realização de Visitas Domiciliárias																												