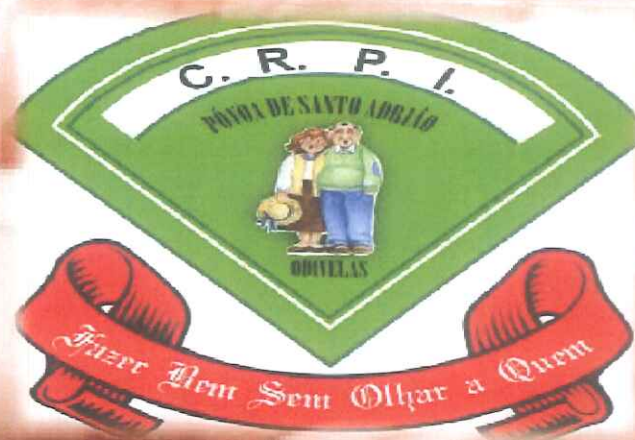


*Cous
de
Alf. Pires*

Plano Anual de Atividades



2019

Consolidar - II

ÍNDICE

NOTAS INTRODUTÓRIAS.....	1
DESENVOLVIMENTO.....	2
OBJETIVOS GERAIS PARA 2019.....	2
OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA 2019.....	2
ATIVIDADES A DESENVOLVER EM 2019.....	3
CALENDARIZAÇÃO PREVISTA DAS ATIVIDADES.....	7
QUADRO 1 - PLANIFICAÇÃO SEMANAL DE ATIVIDADES.....	8
ANIMAÇÃO SÓCIO CULTURAL.....	11
OBJETIVOS GERAIS DAS ATIVIDADES.....	12
QUADRO 2 - TIPOS DE ANIMAÇÃO.....	12
QUADRO 3- PLANIFICAÇÃO SEMANAL DAS ATIVIDADES (MANHÃ)	14
QUADRO 4 - PLANIFICAÇÃO SEMANAL DAS ATIVIDADES (TARDE)	15
QUADRO 5 - ATIVIDADES REALIZADAS COM PARCERIAS.....	16
QUADRO 6 - PLANIFICAÇÃO ANUAL DE ATIVIDADES TRANSVERSAL ÀS RESPOSTAS SOCIAIS DE CD E SAD.....	17
SÍNTESE.....	30

Três
A
Albas

ÍNDICE

ANEXOS.....	31
ANEXO 1 - ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL.....	33
ANEXO 2 - PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SÓCIO CULTURAIS.....	31





NOTAS INTRODUTÓRIAS

A *Comissão de Reformados Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião*, adiante designada por CRPI, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, com o Estatuto de Utilidade Pública, nos termos do nº1, do Artigo 1º do Estatuto aprovado pelo Decreto-lei nº119/83, de 25 de Fevereiro. Está sediada na Rua Alzira Beatriz Pacheco, na Póvoa de Santo Adrião, concelho de Odivelas, Distrito de Lisboa.

Em 2018, **consolidar** foi a filosofia escolhida. **Consolidar**, entre outros, o objetivo comum de dotar a instituição de um serviço de Qualidade que responda às necessidades da comunidade envolvente e da comunidade CRPI, procurando em tempo útil e eficaz apoiar a pessoa idosa em particular, e, aos seus significativos quer sejam ou não família.

Consolidar é um processo contínuo e dinâmico feito, entre outros elementos, de experiências de tentativa e erro e não existem fórmulas feitas para aplicar, como uma espécie de programa fixo,

quando se pretende, acima de tudo, respeitar “os tempos do outro” seja qual for a idade.

O presente PAA - Plano Anual de Atividades para 2019 surge em plena articulação com o ano anterior, intitulando-se **Consolidar Parte II**.

Nesta lógica, o PAA de 2019 contemplará para além das atividades específicas para este ano, a continuidade de atividades e projetos delineados em 2018, tendo em conta a reestruturação que decorre ao nível de otimização de Recursos Humanos e Materiais, nomeadamente, na uniformização de procedimentos através, entre outros, das Tecnologias de Informação.




DESENVOLVIMENTO

As Respostas Sociais da CRPI cumprem os requisitos legais, normativos e outros regulamentos aplicáveis (exemplo HAACP...) aos equipamentos de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

A Capacidade de Centro de dia é de 60 utentes, tendo em Acordo de Cooperação com o ISS, 42 utentes. No Serviço de Apoio Domiciliário a capacidade são de 40, estando em Acordo de Cooperação com o ISS, 25 utentes.

No Plano Anual de Atividades para 2019 importa referir a alteração ao quadro de pessoal com a inclusão, a tempo inteiro, de um elemento na Animação Sociocultural.

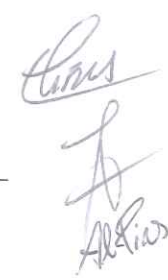
Assim, o PAA caracterizar-se-á pela uniformização dos procedimentos de trabalho, nas diversas áreas e basear-se-á nos seguintes objetivos gerais e específicos, bem como nas atividades que se elencam de seguida.

OBJECTIVOS GERAIS PARA 2019

Atender ao bem-estar integral dos utentes/associados (as) privilegiando a sua tomada de consciência para que possam escolher, participar com autonomia, autodeterminação, promovendo desta forma a sua autoestima, consolidando o trabalho que vem sendo desenvolvido em anos transatos.

OBJECTIVOS ESPECÍFICOS PARA 2019

- Assegurar um atendimento personalizado e de qualidade aos (às) utentes/associados (as), ajustado às suas necessidades reais e concretas (Gabinete de Imagem; Gabinete de Animação Sociocultural e sala multifunções anexa a este último);



- Dar seguimento aos Planos de Intervenção Individuais/Planos Psicossociais dos(as) Utentes das respostas sociais;
- Favorecer a execução de atividades e ações de acordo com os gostos, expectativas, sugestões e aptidões dos (as) utentes/associados (as);
- Motivar todos os agentes/intervenientes, capacitá-los através de ações de Sensibilização/Formação tendo em vista uma maior preparação para a concretização do projeto comum;
- Garantir a Humanização dos Cuidados ao utente, sensibilizando e formando os (as) funcionários (as) /colaboradores para este cuidado;
- Promover a interação com a família/tutores e com a comunidade, no sentido da articulação sociofamiliar dos (as) utentes/associados (as);
- Criar novos protocolos/parcerias com outros agentes sociais que possam contribuir para a melhoria do bem-estar dos (as) utentes/associados (as);
- Renovar/innovar serviços, em função das necessidades a satisfazer (Exemplo: consultas de Podologia, Nutrição, Terapia da fala, Psicomotricidade...).
- Mantém-se a intenção de realizar candidatura com entidades parceiras, a novas respostas sociais como resposta às necessidades identificadas, nomeadamente, um Centro de Noite.

ATIVIDADES A DESENVOLVER EM 2019

Neste Plano Anual de Atividades será, reformulado e sintetizado o Manual de Procedimentos da CRPI, incluindo as diretrizes acerca do Regulamento Geral de Proteção de Dados para estes Equipamentos, mantendo-se a necessidade de fasear a sua



implementação. O Manual de Procedimentos tem sido objeto de uma forte reflexão desde 2017, necessitando de mais tempo do que o previsto, inicialmente, para serem realizadas as necessárias adaptações à realidade do quotidiano institucional.

É preciso clarificar o esforço acrescido de todos os interlocutores neste processo de transformação/reestruturação que engloba todas as áreas da Instituição. Ao longo de 2018, confirmou-se a importância que o papel das **Novas Tecnologias de Informação têm como elemento integrador e aglutinador das várias áreas sem o qual a reestruturação perde força.**

Neste âmbito, continuará a ser realizada a migração da parte da rede de cabos interna, para uma nova estrutura. Será otimizado e configurado o Servidor principal no sentido de disponibilizar um conjunto de serviços de rede interna, bem como cópias de segurança automáticas. Serão, também, uniformizados os Sistemas Operativos (na ótica do acesso livre) dos computadores de trabalho; criação da "Intranet" e partilha de ficheiros base entre todos os utilizadores. Espera-se ainda, uniformizar a solução de software groupware para consulta de

e-mails, partilha de calendário de tarefas, entre outros elementos que se verifiquem oportunos implementar.

Este trabalho ambicioso a curto prazo implica da parte da Diretora Técnica/Serviços como elemento distribuidor de sinergias um esforço de gestão organizativa e de supervisão não só de Recursos Humanos, como de monitorização de todos os procedimentos de trabalho nas várias áreas, integrando os constrangimentos inerentes a equipamentos com estas características. Garantindo, ainda, atividades/tarefas chave, tais como: Apoio à integração/acolhimento de utentes; atendimento psicossocial semanal e alargado, uma vez por mês, através do qual se realizam encaminhamentos para serviços /entidades; informando e promovendo o acesso a Direitos, Bens e Serviços (ex: candidaturas a ERPI); acompanhamento/apoio a pessoas significativas quer sejam cuidadores informais ou formais; Apoio em situações de emergência social e/ou clínica.



Acrescentamos ao descrito que tal “empreitada” leva o seu próprio ritmo, tem um desenvolvimento que por vezes é difícil de prever, com avanços e recuos e é um trabalho que tem de suceder sem que a normalidade do quotidiano seja abalada.

Pretende-se dar continuidade, igualmente, à atualização do Inventário de Bens e Equipamentos da Instituição face à criação de novas áreas no equipamento, sendo necessária uma reafecção dos espaços (salas, gabinetes...).

No que concerne aos **Recursos Humanos** dar-se-á continuidade aos estágios de diversas áreas que forem solicitados à Instituição, como sucedeu em anos anteriores.

E para cumprir com os rácios de pessoal obrigatórios nas respostas sociais, face ao número de utentes em Acordo com o ISS está prevista a contratação de mais 1 funcionário(a) na categoria de AAD.

No que respeita à **qualificação dos funcionários (as)** procurar-se-á, ainda, incluí-los em formações pontuais e outras na sua área de

ação. **A formação** será maioritariamente interna através de parcerias e/ou protocolo com entidades certificadas na área da formação. As temáticas a trabalhar serão no âmbito da Gerontologia Social, abrangendo temas como ergonomia, higiene e conforto pessoal, hábitos saudáveis, entre outras temáticas que se considerem oportunas.

Dado o aumento da procura de apoio especializado na área da psicologia, pretende-se dar continuidade à otimização do Know-how da Diretora Técnica/Serviços e da Animadora Sociocultural.

Durante o ano de 2019, pretende-se dar continuidade à implementação do Projeto CRPI_SAD+: Psicomusicalidade com o objetivo principal de aliar a psicologia e a música como instrumentos de Estimulação Cognitiva e Emocional com vista à promoção do Bem-Estar, nos seniores com maior grau de dependência, que se encontram nos domicílios, sem possibilidade de saída.

Será, também, dada continuidade ao **espaço musical através do**



grupo de cantares da CRPI com ensaiador em regime de avença (1 sessão semanal).

A **parceria com a CMO – Canta e Encanta** que cede, gratuitamente um professor de música, com a periodicidade de uma vez por semana será mantida.

Relativamente ao ensino de **Cavaquinho**, , pretende-se dar continuidade às aulas de Cavaquinho através de um Diretor Musical responsável por uma sessão semanal, com a possibilidade de intercâmbio com outros grupos seniores. Numa fase posterior, poderá, inclusive, participar na dinamização do Projeto CRPI _SAD+: Psicomusicalidade.

Desde 2017, está em estudo a revitalização do **grupo de teatro amador** que necessita que sejam encontrados voluntários(as) com o perfil adequado para participar num trabalho com estas características, perspetiva-se uma parceria com uma entidade do concelho de Odivelas.

Quanto à modalidade de **Dança** será dada continuidade à parceria com a Arte & Dança e outras parcerias, através de workshops de estilos diversos, procurando criar momentos de partilha intergeracional.

Mantêm-se os bailes de fim de semana e outros em que continuaremos a beneficiar da colaboração do DJ voluntário.

Continuar a proporcionar aos associados e comunidade local uma maior dinamização do Polo Cultural através de protocolo com Paim das Neves, numa sala na CRPI, em exclusivo, para a continuidade dos Curso de Pintura em Azulejo e outras temáticas em Belas Artes. Contudo, mantêm-se a necessidade de um espaço mais amplo que possibilite a reunião das diversas ferramentas e instrumentos num mesmo espaço e o torne mais visível.

Será, igualmente, mantida a parceria com a **Biblioteca Municipal D. Dinis** no programa “O Bibliógrafo vai a casa” para a dinamização da nossa biblioteca, através de iniciativas diversas, tais como, associar dinâmicas socioculturais à cultura do livro.



Ao nível de voluntariado, refira-se, ainda, que contará com a presença semanal de dois elementos que asseguram a **Medição da Tensão** com especialidades na área de enfermagem e análises laboratoriais.

Vai ser dada continuidade à gestão terapêutica, com dispensa de medicação para doença crónica a utentes com serviço contratualizado, através de Enfermeiro inscrito na respetiva Ordem Profissional. A sua colaboração será alargada, entre outras, através da participação em sessões de sensibilização na sua área de especialização, no âmbito da atividade **Conversas com Especialistas**

(temáticas: Controlo de Infeção na Comunidade; Ergonomia no local de trabalho).

CALENDARIZAÇÃO PREVISTA DAS ATIVIDADES

No quadro 1, será apresentada a planificação semanal que ocorre nas Respostas Sociais de Centro de Dia e Apoio Domiciliário.

Ao longo do ano serão, ainda, encetadas iniciativas pontuais que se enquadram em festividades diversas .

Ressalva-se, também, que irá ser realizada uma excursão de longo curso, por semestre.

De seguida, remete-se para a apresentação do Plano Anual de Animação Sociocultural.



Quadro 1 - Planificação Semanal de Atividade Transversais a Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

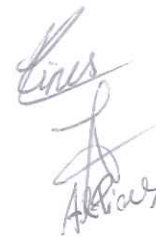
Responsável pela Coordenação Técnica: Paula Nogueira - DS - Diretora de Serviços				
Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	INTERVENIENTES	
			DINAMIZADORES	PARTICIPANTES
Centro de Dia	SEMANAL 4ªf	ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL Presencial e telefónico	Diretora Serviços T.S.S.S Psicóloga Est. Profissional	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia	Diário - 2ª a 6ª	Refeitório	Quadro Pessoal 2 Voluntários(as)	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia	Semanal 2ª a 5ª	Desporto Sénior/Boccia/ Karaté Senior Hidroginástica, Caminhadas	2 Prof. Ed. Física 1 Prof Karaté Parcerias CMO	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia	Semanal 5ª a partir das 14h30	Gabinete Médico Medicação da TA/Glicémia	Voluntariado	Todos(as) Sócios(as)
Centro de Dia	Semanal A definir	Danças	Arte & Dança	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia	Diário - 2ª a 6ª 3ª e 5ª	Atividades Lúdico-Recreativas: damas, xadrez, jogos de cartas, Bingo	Direção	Todos(as) Sócios(as)

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	INTERVENIENTES	
			DINAMIZADORES	PARTICIPANTES
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Todo o ano	Cuidados de Saúde	Parceria ECCI/UFA PSA	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Todo o ano	Gestão terapêutica	Enf. Nelson Nabais	Todos(as) utentes com serviço contratualizado
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Higiene Pessoal e Conforto	4 Aj. A.D.	Todos Sócios
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Higiene Habitacional	4 Aj. A.D.	Todos Sócios
Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Distribuição Refeições	4 Aj. A.D. 1 voluntário	Todos Sócios
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Por Sócio 1 x semana	Tratamento de Roupas	4 Aj. A.D.	Todos Sócios
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Transportes/Transferências e Mobilizações	4 Aj. A.D.	Todos Sócios

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	INTERVENIENTES	
			DINAMIZADORES	PARTICIPANTES
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Aquisições de bens no exterior	4 Aj. A.D. 1 voluntário	Todos Sócios
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Acompanhamento a consulta Centro Saúde Póvoa Santo Adrião (sem cuidador de suporte)	4 Aj. A.D. 1 voluntário	Todos Sócios
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Dias celebrativos	Aniversários Sócios último dia útil de cada mês	Todos(as) Direção/ Funcionários/ Colaboradores/ Voluntariado	Todos Sócios
Centro de Dia	Primeiras 3ª feiras do Mês	Grupo Coral Canta e Encanta	C.M.O.	Todos os sócios
Centro de Dia	Quinzenalmente 5ª Feira	Grupo de Cantares da CRPI	Ensaiaadora/ acordeonista	Todos os sócios
Centro de Dia	A definir	Ensaio Teatro	Grupo de Teatro da CRPI	Todos os sócios
Centro de Dia	6ª Feira	Cavaquinho Nível I e II	Diretor Musical	Todos os sócios
Centro de Dia	Dias Festivos	Animação/Bailes	DJ Gonçalves	Todos os sócios

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



Seguidamente, incluímos o Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural que tem como principal objetivo a ocupação ativa dos utentes, através de atividades de animação, expressão plástica, comunicação, associada ao desenvolvimento pessoal, social, cultural, lúdico e cognitivo para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas, psíquicas, sociais e emocionais.

Refira-se que a animadora detém o conhecimento na área de Psicologia, tendo realizado um percurso na instituição que permite conhecer quais as dinâmicas institucionais, desta forma, procurará integrar diversas técnicas na Animação.

Animação Sociocultural

O processo do envelhecimento, é um processo natural, próprio de todos os seres vivos. Resumidamente, vários autores dividem o processo de envelhecimento em três partes, que são: o envelhecimento biológico, o envelhecimento social, e o envelhecimento psicológico.

Ao longo do processo de envelhecimento, as capacidades adaptativas do ser humano vão diminuindo, levando a que a pessoa idosa altere os seus hábitos e rotinas diárias, substituindo-as por ocupações e atividades que obriguem a um menor grau de atividade. Contudo, essa diminuição da atividade, ou até mesmo inatividade, pode trazer consequências, tais como a diminuição da capacidade de concentração, coordenação e reação que, por sua vez podem levar a processos de auto-desvalorização, baixa auto-estima, solidão, isolamento social e depressão.

Em suma, a animação de idosos é considerada como uma forma de intervir em todas áreas do desenvolvimento da pessoa idosa, de forma a promover uma melhor Qualidade de Vida.

Objetivos Gerais das Atividades

A realização das atividades quer semanais, quer as relacionadas com os dias festivos trazem variados benefícios tanto para os utentes, bem como para os seus familiares, assim como para os associados e comunidade em geral.

- Dinamizar a instituição;
- Fomentar o contato da pessoa idosa com a instituição;
- Rentabilizar os serviços existente na comunidade para melhorar a qualidade de vida da pessoa idosa;
- Promover uma melhor Qualidade de Vida;
- Promover a aprendizagem ao longo da vida;
- Promover um Bem-Estar físico, psicológico, emocional e social;
- Promover a interação social.

Em seguida, segue a quadro Nº 2 que indica os diversos tipos de animação que poderão ser utilizadas ao longo das atividades planificadas.

Quadro 2 - Tipos de Animação

Tipos de Animação	Objetivos
Animação Física	Reduzir o Sedentarismo; Potencializar e desenvolver a destreza física e motora; Aumentar a coordenação de movimentos através de exercícios adaptados para os idosos e indo de acordo com as necessidades de apresentadas por cada um.
Animação Cognitiva	Aumentar atividade cerebral de forma a retardar os efeitos de perda de memória
Animação através da Expressão Plástica	Permitir ao idoso a possibilidade de se exprimir através das artes plásticas; Melhorar a sua motricidade manual; Promover a criatividade; Aumentar a sua autoestima.
Animação através da Comunicação	Promover a partilha de emoções e sentimentos.
Animação Associada ao desenvolvimento	Desenvolver as competências pessoais e sociais da pessoa

REALIZADO POR:

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS











pessoal e social	
Animação Lúdica	Promover momentos de lazer e diversão e convívio em grupo, através da divulgação de conhecimentos e artes e saberes.

Nos Quadros Nº 3 e 4 apresenta-se a planificação das atividades semanais para 2019.

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

ATIVIDADES SÓCIO OCUPACIONAIS SEMANAL - TARDE

Quadro Nº4 - Planificação Semanal das Atividades (Tarde)

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
<p>Palavra Puxa Palavra</p> <p>14h30-15h30</p> <p>Animação através da comunicação;</p> <p>Cognitiva;</p> <p>Associada ao desenvolvimento pessoal e social</p> 	<p>Bingo</p> <p>15h-16h</p> <p>Animação Cognitiva</p> 	<p>Ginástica - CMO</p> <p>14h15-17h15</p> <p>Animação física</p> 	<p>Bingo</p> <p>15h-16h</p> <p>Animação Cognitiva</p> 	<p>Cinema</p> <p>14h45-16h</p> <p>Animação Lúdica</p> 
<p>Ginástica - CMO</p> <p>14h15-17h15</p> <p>Animação física</p> 		<p>Medicação da Tensão</p> <p>14h30-17h</p> 		
		<p>Boccia</p> <p>15h-15h45</p> <p>Animação física;</p> <p>Animação lúdica</p> 		

**A partir
14 Horas**

Sábado/Domingo: Serviço de cafetaria/bar;
Domingo Animação: Baile com música ao vivo.

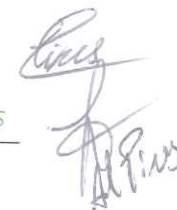
ATIVIDADES SÓCIO OCUPACIONAIS COM PARCERIAS

No que respeita as atividades realizadas com as parcerias existentes serão apresentadas no Quadro Nº 5.

Quadro Nº5

Grupo Coral da CRPI - "Canta e Encanta"	Ensaios Semanais, com horário a definir, Ensaaiador Ricardo da Câmara Municipal de Odivelas
Grupo de Cantares da CRPI	Ensaios Quinzenais, às quintas-feiras pela Ensaiaadora Claudina
"Bibliófilo Vai a Casa"	Atividade em colaboração com a Biblioteca Municipal de Odivelas, com o objetivo trazer a biblioteca até as Instituições e promover "o livro", como uma ocupação do tempo.
Aniversários	Celebração dos Aniversários no fim de cada mês. Em articulação com as crianças da Escola Barbosa du Bocage.

Ao longo do ano serão, ainda, encetadas iniciativas pontuais que se enquadram em festividades diversas para celebração de dias que se assinalam, no quadro Nº6.



Calendarização Prevista das Atividades na Resposta Social:

Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário


Quadro 6 - Planificação Anual de Atividades Transversal às Respostas Sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Janeiro	6 Dia de Reis	Cantar dos Reis por alguns elementos da CRPI nos domicílios dos utentes de SAD	Reviver e manter as tradições; Promover a socialização.	Instrumentos musicais; 2 Carrinhas	Responsável: Representante do grupo de Cavaquinhos Execução: Animadora Sócio Cultural Grupo de Cavaquinhos	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário
	18 Dia Internacional do Riso	Contar Aneotas Filme de Comédia	Estimulação da Criatividade; Promover a interação Social	Sala Cadeiras Aneotas Projeter Computador	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia
	31 Dia Mundial do Mágico	Assistir e participar numa demonstração de Magia	Promover o entretenimento; Promover a	Mágico Sala Cadeiras	Responsável: DS	Utentes de Centro de Dia

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

REALIZADO POR:

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS



			concentração e raciocínio		Execução: Animadora Cultural	Sócio
--	--	--	---------------------------	--	--	-------

Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Fevereiro	De 1 a 28 Preparação do Carnaval	Decoração do Refeitório e Hall de Entrada com o tema alusivo a festividade	Fomentar o Convívio e a Socialização	Material para Reciclar; Cartolinas; Tesouras; Tubos de colas;	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia
	14 Dia dos Namorados	Animação alusiva ao tema do Dia dos Namorados	Trabalhar emoções e sentimentos	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Março	5 Carnaval	Assistir ao desfile de Carnaval das crianças da Póvoa de Santo Adrião	Fomentar o Convívio e a Socialização intergeracional	A definir	Responsável: Direção	Utentes de Centro de Dia
	8 Dia Internacional da Mulher	A decidir	A decidir	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário Associados
	20 Dia Internacional da Felicidade	A decidir	A Decidir	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário Associados
	21 Dia Mundial da Poesia	Declamação de um poemas pelas crianças da Escola Barbosa Du Bocage	Estimular a concentração; Partilha intergeracional;	Sala; Cadeiras	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário Associados
	21 Dia Mundial da Árvore e da	Partilha de plantas com a Escola Barbosa Du Bocage	Comemorar o dia Mundial da árvore e da floresta;	Plantas	Responsável: DS	Utentes de Centro de Dia Associados

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



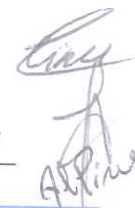
	Floresta		Partilha intergeracional;		Execução: Animadora Sócio Cultural	
	27 Dia Mundial do Teatro	Ida ao Teatro	Fomentar o Convívio e a Socialização	Transporte;	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Associados

Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Abril	6 Dia Mundial da Atividade Física	Aula de Movimento	Trabalhar os setes fatores psicomotores: 1. Equilíbrio/Tonicidade; 2. Noção Corporal; 3. Lateralidade; 4. Orientação Espacial; 5. Orientação Temporal; 6. Coordenação Motora Global; 7. Coordenação Motora Fina	Convidar Prof. de Educação Física	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Associados



7 Dia Mundial da Saúde	Rastreiro de Saúde Geral	Sensibilizar para o aparecimento de doenças; Promover a importância do cuidar.	Convidar Enfermeiro	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domiciliário; Associados
21 Páscoa	Decoração da Instituição alusiva ao tema; Realização de lembranças para oferecer as crianças e utentes de Apoio Domiciliário.	Promover a criatividade;	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Associados
25 Dia da Liberdade	Decoração alusiva ao tema; Realização de lembranças para oferecer aos utentes de Apoio Domiciliário; Visualização de um filme/documentário	Trabalhar a importância de manter viva a memória de marcos da história contemporânea; Promover a criatividade;	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Associados
29 Dia Mundial da Dança	Aula de Zumba	Estimulação física e motora; Promover a socialização e o convívio;	Convidar Prof. de Zumba	Responsável: DS	Utentes de Centro de Dia Associados

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



			Promover a criatividade		Execução: Animadora Sócio Cultural	
--	--	--	-------------------------	--	--	--

Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Maio	15 Dia Internacional da Família	A definir	A definir	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário Associados
	18 Dia Internacional dos Museus	Visita a um Museu (A definir o museu)	A definir	Transporte	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário Associados
	24 Dia Europeu dos Parques Naturais	Visita a um Parque (A definir) Piquenique	A definir	Transporte Lanche	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário Associados



Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Junho	1 Dia Mundial da Criança	Desenvolvimento de uma atividade em conjunto com as Crianças da Escola Barbosa Du Bocage	Encontro intergeracional	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia Utentes de Apoio Domiciliário Associados
	15 Dia Mundial da Consciencialização da Violência Contra Pessoa Idosa	Ação de Sensibilização realizada pela PSP Odivelas	Alertar os Idosos e seus familiares para os perigos existentes e os procedimentos a ter. Aumentar o sentimento de Segurança na população Idosa.	PSP Sala Cadeiras	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados
	21 Dia Europeu da Música	Atuação das Crianças Barbosa Du Bocage	Encontro Intergeracional	Sala Cadeiras	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados
	13,24 e 29 Santos Populares	Comemoração dos Santos Populares Decoração alusiva	Promover as tradições; Promover a socialização e o convívio.	A definir	Responsável: Direção	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



		aos santos populares				
--	--	----------------------	--	--	--	--

Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Julho	15 Aniversário da CRPI	A decidir	A decidir	A decidir	Responsável: Direção	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados
	26 Dia Mundial dos Avós	Vinda das Crianças da Escola Barbosa Du Bocage	Promover a integração e o convívio intergeracional;	A decidir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados
	30 Dia Internacional do Amigo	A decidir	A decidir	A decidir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados



Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Agosto	A decidir	Piquenique/Praia/Campo	Promover o convívio;	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia;
	24 Dia do Artista	A definir	A definir	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural.	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

Paula
Nogueira

Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Setembro	21 Dia Mundial da Doença de Alzheimer	Conversa com especialistas;	Ação de Sensibilização alertar sobre pontos chaves no cuidado;	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados
	25 Dia Mundial do Sono	Conversa com especialistas sobre o hábitos de Sono saudáveis	Ação de Sensibilização sobre a importância dos hábitos de Sono a ter	A definir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados



Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Outubro	21 Dia Internacional da Dor	Palestra sobre a prevenção e controlo da Dor	Promover técnicas que promovam um bem-estar;	A decidir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados
	28 Dia Internacional do Idoso	A decidir	A decidir	A decidir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados

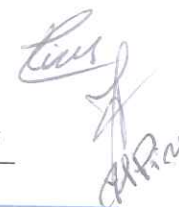


Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Novembro	5 Dia Mundial do Cinema	A decidir	Fomentar o convívio e fortalecer os laços sociais	A decidir	Responsável: DS Execução: Animadora Sócio Cultural	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados
	11 Dia de S. Martinho	Tarde Comemorativa do dia de S. Martinho Realização de Lembranças alusivas ao tema	Reviver as tradições antigas	A decidir	Responsável: Direção	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018


REALIZADO POR:

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS



Mês	Dia Comemorativo	Atividades	Objetivos	Recursos Materiais e/ou Logístico	Recursos Humanos	Destinatários
Dezembro	Festa de Natal (data a definir)	A definir	A definir	A definir	Responsável: Direção	Utentes de Centro de Dia; Utentes de Apoio Domicilio; Associados

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



SÍNTESE

Na prossecução dos objetivos traçados em 2018 rumo à consolidação da missão a que nos propomos enquanto instituição, mantém-se as propostas para a sustentabilidade que se apresentam abaixo.

Estamos convictos que todos os elementos intervenientes na comunidade da CRPI continuarão a empenhar-se, com dedicação e profissionalismo, no cuidado humanizado e holístico a que habituámos os (as) nossos (as) utentes/associados (as) e seus familiares/cuidadores.

Assim:

- Continuaremos a desenvolver e implementar serviços destinados, preferencialmente, às pessoas com incapacidades temporárias ou definitivas. Suportados nas atuais competências e recursos da instituição, gerando, desta forma, fontes de receitas que permitam manter a sua sustentabilidade financeira.
- Continuarmos a trabalhar para alargar o horário das atuais respostas/serviços para as 19H00 e não apenas pontualmente, bem como a frequência de cinco dias na semana + 1 , isto é, de segunda a sábado. O desejável é que suceda de forma faseada, primeiro para a resposta de Apoio Domiciliário que presta serviço às situações de maior dependência e numa segunda fase para Centro de Dia.
- Numa fase posterior, mantemos a Esperança em realizar o alargamento das respostas sociais (Centro de Noite) , procurando dar resposta às solicitações dos associados/comunidade.
- Desenvolver ações concertadas para gerar novas fontes de financiamento, através de angariação de fundos, de donativos e angariação de novos (as) sócios (as) beneméritos.
- Produção de materiais diversos para publicidade e divulgação da imagem CRPI, com o objetivo de autossustentabilidade dos projetos, como por exemplo, o

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018



Polo-cultural ; O projeto Despertar Sentido(s); CRPI_SAD+:
Psicomusicalidade, ou outros;

- Criar condições que rentabilizem os conhecimentos da equipa técnica e que fomentem a sua participação e visibilidade, gerando maior partilha do conhecimento e contribuindo para a sustentabilidade da Instituição (ex: Formação/workshops).

Reconhecemos que:

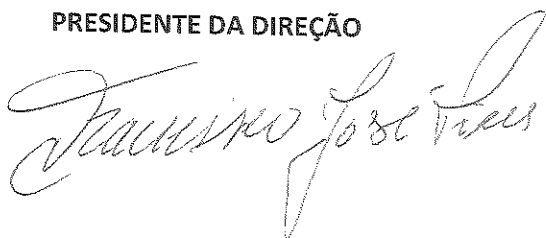
- Só pela cultura da responsabilidade e dos afetos mais nobres;
- Pelo trabalho de equipa com Alegria e Aceitação do outro enquanto individualidade;
- Pelo empenho pessoal perseverante;

Poderemos assegurar aos(às) nossos(as) utentes/associados(as) a Qualidade de Vida e Bem Estar que esperam receber dos nossos serviços e possam, assim, sentirem-se valorizados(as) nas suas trajetórias de vida.

APROVAÇÃO

O Plano Anual de Atividades para 2019 foi aprovado em reunião de Direção, em 26 de outubro de 2018 e assinado por:

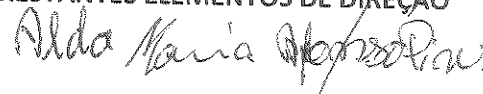
PRESIDENTE DA DIREÇÃO



TESOUREIRO



RESTANTES ELEMENTOS DE DIREÇÃO



Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

REALIZADO POR:

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

Paula Nogueira
PAULA NOGUEIRA

ANEXOS

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

Paula Nogueira
AS Pines

ANEXO 1 - ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

Anexo 1 - Enquadramento Institucional

A CRPI tem como fins, apoiar permanentemente os reformados e idosos da Póvoa de Santo de Adrião e promover a sua ligação efetiva à comunidade envolvente. A partir de 2013, com a reorganização administrativa do concelho, as freguesias da Póvoa de Santo Adrião e do Olival Basto passaram a ser uma única freguesia. Assim, a área de intervenção da CRPI foi alargada, passando a prestar apoio à Póvoa de Santo Adrião e Olival Basto.

A CRPI tem como **MISSÃO** a prestação de cuidados individualizados e personalizados, no meio natural de vida, a indivíduos e suas famílias que, por motivos de doença, idade, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades e/ou AVD'S.

Os **VALORES** assumidos pelos atores/agentes (dirigentes, funcionários, voluntários, colaboradores...) da CRPI-PSA são os seguintes: Solidariedade, Humanismo, Ética,

Responsabilidade, Voluntariado, Profissionalismo, Pragmatismo, Privacidade, Dignidade, Respeito, Integridade, Afetividade e Qualidade.

A CRPI tem como **VISÃO** melhorar as respostas sociais existentes e criar novas respostas adequadas às necessidades e expectativas da pessoa idosa e suas famílias. Pretende ser um instrumento de efetivação dos direitos de cidadania, surgindo como modelo de referência, enquanto instituição com intervenção centrada nas pessoas, na melhoria da qualidade de vida e dos serviços prestados, valorizando a pessoas idosa, através da consolidação de afetos e de suas capacidades.

FILOSOFIA da CRPI:

- ✚ Contribuir para melhorar o nível de Bem-estar das famílias;

Carla
Alfenas

- ✚ Possibilitar, através de serviços, equipamentos ou ações de entreaajuda, o cumprimento de funções familiares;
- ✚ Responder a situações de carência das famílias;
- ✚ Fomentar o fortalecimento dos vínculos familiares, designadamente através da implementação de medidas de proteção que contribuam para o equilíbrio familiar;
- ✚ Promover ou contribuir para criação de estruturas e serviços de apoio às famílias;
- ✚ Proporcionar condições de integração social dos grupos mais desfavorecidos da comunidade.

OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS da CRPI:

- ✚ Prevenir o isolamento e solidão;
- ✚ Incentivar a participação e potenciar a inclusão social;
- ✚ Fomentar as relações interpessoais e intergeracionais;
- ✚ Contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e famílias;
- ✚ Prevenir situações de dependência e promover a autonomia;
- ✚ Prestar cuidados de ordem física e apoio psicossocial aos utentes e famílias, de modo a contribuir para o seu equilíbrio e bem-estar.

FUNCIONAMENTO

A CRPI dispõe dos seguintes Recursos Materiais, Humanos e de Equipamentos:

INSTALAÇÕES

- ✚ Refeitório com capacidade para aproximadamente 60 pessoas sentadas
- ✚ 1 Cozinha/área de sujos/ área de frios
- ✚ Recepção/Administrativo
- ✚ Gabinete Tesouraria

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

- ✚ Gabinete Diretora Técnica (para atendimento e apoio logístico)
- ✚ Gabinete de Animação Sócio Cultural
- ✚ Gabinete de Direção
- ✚ Gabinete médico
- ✚ Sala de Atividades Ocupacionais
- ✚ Salão Polivalente
- ✚ Sala de Espera
- ✚ Biblioteca
- ✚ Quarto de Descanso
- ✚ Arrecadações diversas
- ✚ Instalações sanitárias
- ✚ Lavandaria/Rouparia
- ✚ Pátio Exterior Coberto
- ✚ Gabinete de Imagem

EQUIPAMENTOS:

- ✚ 3 Viaturas (1ligeira; 2 de 9 lugares, sendo 1 viatura adaptada a cadeira de rodas)
- ✚ Material equipamento Informático
- ✚ Material e equipamento administrativo
- ✚ Material e equipamento de refeitório

RESPOSTAS SOCIAIS

1. Centro de Dia;
2. Serviço de Apoio Domiciliário

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

1. Abertura da Instituição aos SÓCIOS EM GERAL:
 - a) Horário - das 14.00 horas às 19.00 horas;
- 1.1. Horário dos Serviços Administrativos e Tesouraria:
 - a) De segunda a sexta feira das 9:00 h às 18:00H.

2. CENTRO DE DIA:
 - a) Abertura 08:30H
 - b) Almoços entre as 12:30H e as 13:30H
 - c) Lanche entre as 16:00H e as 16:30H
 - d) Higiene pessoal e de habitação entre as 08:30H e as 17:30H

3. SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO:
 - a) Início das atividade às 08:30H
 - b) Fim das atividades às 19:00H
 - c) Higiene pessoal e de habitação entre as 08:30 e as 19:00H
 - d) Almoço entre as 12:00 e as 14:00H

ORGÃOS SOCIAIS

- A. Assembleia Geral
- B. Direção
- C. Conselho Fiscal

QUADRO DE PESSOAL

NÚMERO DE TRABALHADORES	FUNÇÃO	RESPOSTA SOCIAL
1	DIRETORA TÉCNICA/SERVIÇOS	C.D. E SAD
1	ANIMAÇÃO SÓCIO CULTURAL	C.D. E SAD
1	SECRETARIA	C.D. E SAD
1	COZINHEIRA	C.D. E SAD
1	AJ. COZINHA	C.D. E SAD
2	Auxiliar SERVIÇOS GERAIS	C.D. E SAD
3	Ajudante AÇÃO DIRETA	C.D. E SAD

DESCRIÇÃO DOS SERVIÇOS/ATIVIDADES

1. ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL

- ✚ Elaboração dos processos de candidatura, entrevistas pré- diagnósticas, atendimentos psicossociais;
- ✚ Avaliação das condições sociais e de autonomia do utente;
- ✚ Identificação das suas necessidades, expectativas, hábitos, costumes e carências existentes;
- ✚ Elaboração do programa de Acolhimento inicial (período de adaptação do utente), visa estabelecer laços de relação e proximidade;
- ✚ Elaboração do Plano Inicial (PI), visa que os serviços prestados ao utente promovam a sua autonomia e qualidade de vida;

- ✚ Garantir à pessoa idosa um clima de segurança, afetividade e tranquilidade durante a sua permanência na resposta social;
- ✚ Colaborar e/ou assegurar o acesso à prestação de cuidados de saúde;
- ✚ Atendimento especializado (Luto e Famílias, Apoio Psicológico).
- ✚ Atendimento Integrado (a iniciar protocolo com ISS)

2. ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

- ✚ Atividades sociais (passeios coletivos, excursões, colónias de férias...);
- ✚ Atividades de educação intelectual (palestras, ações de sensibilização, conferências, leitura...);
- ✚ Atividades culturais (teatro, cinema, dança, música, comemorações de dias festivos...);
- ✚ Atividades lúdico-recreativas (damas, xadrez, jogos de cartas...).

3. APOIO AO REFEITÓRIO

- ✚ Preparação e confeção das refeições almoços ; pequenos almoços, lanches e jantares;
- ✚ Apoio na administração da alimentação;
- ✚ Preparação de lista de compras;
- ✚ Elaboração de Ementas;

Em SAD, para além das anteriores acrescem as seguintes:

- ✚ Distribuição das refeições e acompanhamento nas refeições;

4. HIGIENE DE HABITAÇÃO

- ✚ Limpeza de manutenção e pequenos arrumos nas zonas principais da habitação;

- ✚ Orientação/Acompanhamento de pequenas modificações no domicílio do utente, proporcionando mais segurança e conforto.

5. HIGIENE PESSOAL E CONFORTO

- ✚ Prestação de cuidados de higiene e conforto.
- ✚ Gestão terapêutica (Dispensa de Medicação; Glicémias...), medição de Tensão Arterial;

6. TRATAMENTO DE ROUPA

- ✚ Recolha de roupa suja;
- ✚ Verificar o estado da roupa, seleccioná-la de acordo com o tipo de programa, secar, engomar;
- ✚ Distribuição de roupa lavada.

7. TRANSPORTE ADAPTADO

- ✚ Ida e volta para CD;
- ✚ Transporte e/ou acompanhamento ao exterior a consultas de especialidades e outras;

8. OUTROS SERVIÇOS ADICIONAIS

- ✚ Deslocações a Entidades na Comunidade (Pagamento de Serviços...);
- ✚ Transporte Adaptado a cadeira de rodas;
- ✚ Acompanhamento a consultas na área da Saúde e afins;
- ✚ Animação e Socialização: Festas; Aniversários, Passeios, Excursões, Museus;
- ✚ Formação/Sensibilização cuidadores informais/Familiares;

AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES

A avaliação das atividades disponibilizadas pela CRPI aos seus utilizadores, é efetuada através de:

- ✚ Avaliação de desempenho dos prestadores de serviços, nomeadamente, através da auscultação dos utilizadores;
- ✚ Avaliação inicial, intermédia ou de acompanhamento e periódica;
- ✚ Grau de Adesão/Desistências.

Paula
AKP/ms

ANEXO 2 - PLANO ANUAL DE ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SÓCIO CULTURAIS

Aprovado em reunião de Direção de 26 de Outubro de 2018

Plano Anual de Animação Sócio Cultural

CRPI 2019



Elaborado por:
Liliana Jerónimo
Animadora Sócio Cultural/ Psicóloga

Outubro de 2018