

# Plano Anual de Atividades

# Covid-19

# 2022



*Handwritten signatures and initials in blue ink.*

## 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 n.º1, do Artigo 1.º do Estatuto aprovado pelo Decreto-lei n.º119/83, de 25 de Fevereiro. Está sediada na Rua Alzira Beatriz Pacheco, na Póvoa de Santo Adrião, concelho de Odivelas, Distrito de Lisboa.

**O presente PAA - Plano Anual de Atividades para 2022** surge em plena articulação com os anos anteriores, nomeadamente no que se refere à uniformização de procedimentos através, entre outros, das Tecnologias de Informação. Por via das diretrizes da DGS o Plano Anual de Atividades está subordinado ao Plano de Contingência aprovado para esta instituição, numa Reabertura de Centro de Dia faseada, apenas aos associados utentes das respostas. Sendo que as várias versões estão disponíveis no nosso site institucional [www.crpipsa.pt](http://www.crpipsa.pt).

E, sobretudo, na continuidade do 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.

O planeamento e gestão de atividades perante o risco e a incerteza no contexto que atravessamos de Pandemia vem, sublinhar, a importância de selecionar apenas as ações que se tornem uma mais valia para a Qualidade de Vida da população que servirmos.

Assim, mantém-se um plano anual integrativo de Animação Sociocultural e Formação o mais sistematizado possível, na mesma lógica de que *"Menos é, sem dúvida, mais."*



## DESENVOLVIMENTO

O PAA caracterizar-se-á pela continuidade da 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 2022

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 2022

- 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 paredes meias com este último);

- Dar seguimento aos Planos de Intervenção Individuais/Planos Psicossociais dos(as) Utentes das respostas sociais;
- Favorecer a execução de atividades e ações com base nos 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 neste 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);
- Reforçar o papel das Novas Tecnologias de Informação como elemento integrador e aglutinador das várias áreas.

Privilegiando os acessos online e as vias não presenciais.

#### ATIVIDADES A DESENVOLVER EM 2022

No âmbito da otimização das Tecnologias de Informação ao Serviço do trabalho realizado nestes Equipamentos Sociais será continuado:

- o trabalho de configuração do 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.

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

Na sequência do Plano de Regularização proposto em Maio de 2021 pela Unidade de Desenvolvimento Social/Núcleo das Respostas Sociais do ISS à CRPI-PSA é necessário dar continuidade à **Revisão do Regulamento Interno** adequando à legislação em vigor. Sendo necessário para o efeito assessoria jurídica e

Aprovado em reunião de Direção de 08 de Novembro de 2021

administrativa.

Pretende-se dar continuidade, igualmente, à atualização do **Inventário de Bens e Equipamentos da Instituição.**

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 adaptados ao contexto de Pandemia SARS COV2..

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 como a infeção pelo SARS COV 2.

Continuação da 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), bem como na formação interna às funcionárias.

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.

Bem como do **Clube do Movimento da CMO** com sessões de 18 elementos cada, circunscritos ao 1º Piso.

Assim que autorizado pela USP serão retomadas as atividades seguintes:

Aprovado em reunião de Direção de 08 de Novembro de 2021

4. Os bailes de fim de semana e outros em que continuaremos a beneficiar da colaboração do DJ voluntário (Gonçalves).

1. As aulas de 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.

2. **Durante o ano de 2022, pretende-se recuperar o Projeto CRPI\_SAD+: Psicomusicalidade (suspensão)** com o objetivo principal de aliar a psicologia (Estágios Profissionais e outras Parcerias) 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 domiciliados, sem possibilidade de saída.

3. **Curso de diversas temáticas em Belas Artes, para os associados e comunidade local** através de protocolo com Paim das Neves.

### CALENDARIZAÇÃO PREVISTA DAS ATIVIDADES

No quadro 1, será apresentada a planificação semanal que ocorre nas Respostas Sociais de Centro de Dia e Apoio Domiciliário. Serão, ainda, encetadas iniciativas pontuais que se enquadram em festividades diversas .

**AO LONGO DO ANO, SEMPRE QUE A USP- UNIDADE DE SAÚDE PÚBLICA REALIZAR UMA REAPRECIAÇÃO EM FUNÇÃO DA EVOLUÇÃO EPIDEMIOLÓGICA SERÃO ALTERADAS OU SUSPENSAS AS ATIVIDADES.**

Em seguida apresenta-se o quadro 1. com a Planificação Semanal de Atividades Transversais a Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.



Seguidamente, no quadro 1. apresentam-se de forma resumida as atividades que propomos realizar, com a incerteza como pano de fundo, adaptando as mesmas às restrições que forem emanadas pela DGS e entidades competentes, cumprindo com a Lei em vigor para as IPSS. As atividades essenciais procuraremos que sejam mantidas, independentemente das restrições.

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

Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	INTERVENIENTES
			PARTICIPANTES
Centro de Dia	SEMANAL 4 <sup>af</sup>	ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL Presencial sob marcação e telefónico	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia	Diário - 2 <sup>a</sup> a 6 <sup>a</sup>	Refeitório	Todos(as) utentes por turnos de 18 elementos
Centro de Dia	Semanal 2 <sup>a</sup> a 5 <sup>a</sup>	Desporto Sénior/Boccia/ Karaté Senior Hidroginástica, Caminhadas	Participantes inscritos na CMO
Centro de Dia	Diário - 2 <sup>a</sup> a 6 <sup>a</sup>	Atividades Lúdico-Recreativas: damas, xadrez, jogos de cartas, Bingo	<b>SUSPENSO</b>

Aprovado em reunião de Direção de 08 de Novembro de 2021

Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	INTERVENIENTES
			PARTICIPANTES
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Todo o ano	Cuidados de Saúde Primários ACES LOURES ODIVELAS	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Todo o ano	Gestão terapêutica	Todos(as) utentes com serviço contratualizado
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Higiene Pessoal e Conforto	Todos Sócios/Utentes
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Higiene Habitacional	Todos Sócios/Utentes
Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Distribuição Refeições	Todos Sócios/Utentes
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Por Sócio 1 x semana	Tratamento de Roupas	Todos Sócios/Utentes
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Transportes/Transferências e Mobilizações	Todos Sócios/Utentes

Aprovado em reunião de Direção de 08 de Novembro de 2021



Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	INTERVENIENTES
			PARTICIPANTES
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Aquisições de bens no exterior	Todos Sócios/Utentes
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Acompanhamento a consulta Centro Saúde Póvoa Santo Adrião (sem cuidador de suporte)	Todos Sócios/Utentes
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Dias Celebrativos	Aniversários Sócios último dia útil de cada mês Via telefónica	Sócios/Utentes
Centro de Dia	6ª feiras 14h00/15h00	Grupo Coral Canta e Encanta	Sócios Participantes inscritos
Centro de Dia	Quinzenalmente 5ª Feira	Grupo de Cantares da CRPI	<b>Suspenso</b>
Centro de Dia	6ª Feira	Cavaquinho Nível I e II	<b>Suspenso</b>
Centro de Dia	Dias Festivos	Animação/Bailes	<b>Suspenso</b>

Aprovado em reunião de Direção de 08 de Novembro de 2021

Seguidamente, descrevem-se genericamente o **Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural** assente num trabalho, essencialmente de Psicoeducação para as famílias.

A Animação é considerada como uma forma de intervir em todas áreas do desenvolvimento da pessoa idosa, de forma a promover uma melhor Satisfação com a Vida. As atividades elencadas estão abertas a alterações propostas pela animadora sociocultural, a contratar.

### 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.

O Plano Anual de Animação Sócio Cultural é um guia das atividades e dos projetos que poderão decorrer ao longo do ano 2022 de forma a consolidar as parcerias e as atividades que tiveram adesão por parte dos utentes/associados em 2020/21.

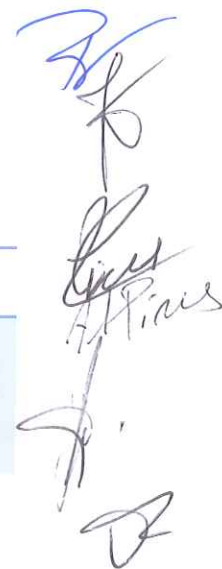
De seguida, apresenta-se a planificação das atividades semanais para 2022 nos quadros N° 3 e N°4 atividades que serão aplicadas faseadamente, ao longo do ano. No caso da Parceria com a CMO o nosso Plano de Continência foi integrado no da Autarquia para a realização das atividades.



## ATIVIDADES SÓCIO OCUPACIONAIS COM PARCERIAS

Quadro N°3.

Grupo Coral da CRPI - "Canta e Encanta"	Ensaaios Semanais, com horário a definir, Ensaaiador Ricardo da Câmara Municipal de Odivelas
Grupo de Cantares da CRPI	Ensaaios Quinzenais, às quintas-feiras pela Ensaiaadora Claudina
<b>SUSPENSO</b>	
Pintura a Óleo e Acrílico	Aulas de Pintura a Óleo e Acrílico duas vezes por semana, com o Professor Voluntário Paim das Neves.
<b>SUSPENSO</b>	
Aniversários	Celebração dos Aniversários no fim de cada mês. Em articulação com as crianças da Escola Barbosa du Bocage.
<b>SUSPENSO</b>	
Clube do Movimento	BOCCIA, DANÇA, KARATE, GINASTICA
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, domiciliados, sem possibilidade de saída.
<b>SUSPENSO</b>	
	Estágios OPP
Aulas CAVAQUINHO	Nível I e II
<b>SUSPENSO</b>	





## SÍNTESE

A CRPI reafirma, novamente, o nosso compromisso 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 e tolerante;

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

Continuará a ser prioridade da nossa Instituição promover a formação de profissionais de forma a disporem de mais conhecimentos e sensibilização necessários ao bom desenvolvimento de ações de apoio social destinados aos nossos associados e utentes e comunidade envolvente.

Continuaremos preocupados e a apostar sempre num contexto de sustentabilidade económica da Instituição.

Assim, procuraremos manter a prestação dos serviços à comunidade, sempre numa lógica de gestão racional dos recursos humanos e materiais, mas sem nunca esquecer a Missão, a Visão e os Valores que estabelecem os princípios basilares da CRPI.

Vivemos intensamente toda a problemática da sustentabilidade da CRPI.

Vejamus como exemplo, cada aumento do ordenado mínimo que significa para todo o setor social um verdadeiro “quebra cabeças”, uma vez que não existe do lado dos rendimentos a contrabalança para o aumento da despesa. Sem esquecer todas as outras carreiras que não viram, até hoje, qualquer melhoria salarial.

É urgente rever formas de Gestão diferentes do modelo estanque e obsoleto destas respostas sociais, que em tempos de Pandemia, condenam a grande velocidade a viabilidade das IPSS (sobretudo as IPSS que não são ligadas ao Clero) desprovidas das formas tradicionais de angariação de fundos.

# Atividades 2022: COVID\_19

Quadro 4

Horário previsível	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
10:00 - 10:45	Apoio Emocional	Atividades Ocupacionais Grupo 1	Apoio Emocional	Atividades de Motricidade Grupo 1	Apoio Emocional
11:00 - 11:45		Atividades Ocupacionais Grupo 2		Atividades de Motricidade Grupo 2	
12:00 - 13:30	Almoço Utentes	Almoço Utentes	Almoço Utentes	Almoço Utentes	Almoço Utentes
14:45 - 15:15	Apoio Emocional	Atividades de Motricidade Grupo 1	Apoio Emocional	Atividades Ocupacionais Grupo 1	Apoio Emocional
15:30 - 16:15		Atividades de Motricidade Grupo 2		Atividades Ocupacionais Grupo 2	

## APROVAÇÃO

O Plano Anual de Atividades para 2022 foi aprovado em reunião de Direção, em 08 de novembro de 2021 e assinado por:

Presidente de Direção



Tesoureiro de Direção



Restantes Elementos



Comissão de Reformados  
Pensionistas e Idosos  
(Instituição Particular de Solidariedade Social)  
NIPC: 501 995 960  
Rua Alzira Beatriz Pacheco  
Telf: 219 366 719  
2620-128 Povoa de Santo Adrião