

# Relatório

*Paula*  
*Alfaro*

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

*Alfaro*

# ANUAL DE ATIVIDADES



# 2022



### 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 1.º 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.

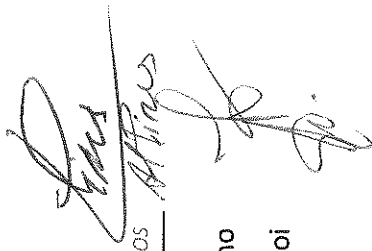
O presente **Relatório Anual de Atividades de 2022** visa dar cumprimento ao disposto estatutariamente e no Regulamento Interno da **CRPI- Comissão de Reformados, Pensionistas e Idosos da Póvoa de Santo Adrião** que refere a obrigatoriedade de descrever as atividades desenvolvidas e que constaram do PAA- Plano Anual de Atividades para 2022 desta Instituição Particular de Solidariedade Social.

### DESENVOLVIMENTO

Na continuidade dos objetivos gerais elencados de atender ao bem-estar integral dos(as) utentes/associados(as) privilegiando a sua tomada de consciência para que possam escolher, participar com autonomia, autodeterminação, promovendo desta forma a sua autoestima foram assegurados os seguintes objetivos específicos:



PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS



- realizaram-se atendimentos personalizados aos(às) utentes/associado(as), ajustado às suas necessidades reais e concretas quer no atendimento social, quer na prestação de serviços, como foi o caso do Gabinete de Imagem; Gabinete de Animação Sociocultural. Foi adaptada e ampliada para receber mais participantes a sala multifunções paredes meias com o Gabinete de Animação;
- Deu-se seguimento aos **Planos de Intervenção Individuais dos(as) Utesntes das respostas sociais a partir de novembro com a contratação de uma assistente social para o efeito;**
- **A execução de atividades e ações** foi com base nos gostos, expectativas, sugestões e aptidões dos(as) utentes/associados(as);
- **Procurou-se 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;
- **Garantiu-se a Humanização dos Cuidados ao utente**, sensibilizando e formando os(as) funcionários(as)/colaboradores neste cuidado;
- **Promoveu-se a interação com a família/tutores e com a comunidade**, no sentido da articulação **sociofamiliar dos(as) utentes/associados(as)**, através do apoio nos momentos de transição para Estruturas residenciais, no Luto e outras temáticas no âmbito da Saúde ;

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023

- Criaram-se as bases para a realização de novos protocolos/parcerias, alargando a outros concelhos limítrofes de Odivelas como é o caso de Lisboa fomentando o intercambio interinstitucional. Contribuindo, assim, para a melhoria do bem-estar dos(as) utentes/associados (as);

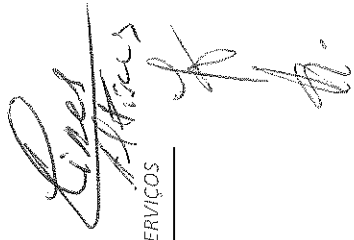
- Não foi possível reforçar o papel das Novas Tecnologias de Informação como elemento integrador e aglutinador das várias áreas. Mas tentou-se acompanhar e responder a iniciativas, formações através de acessos online e a vias não presenciais. A Formação online ficou muitas vezes comprometida pela dificuldade de conciliar o nosso software e os browsers solicitados.

- Contudo, foi realizada a atualização obrigatória da Autoridade Tributária que implicava alterações ao SAF-T contabilístico, através da colocação na faturação do ATCUD (comunicação de Series).

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 foi dada continuidade à **Revisão do Regulamento Interno** adequando à legislação em vigor. Ficou suspenso a partir de julho devido ao apoio necessário para o efeito de assessoria jurídica e administrativa.

No que concerne aos **Recursos Humanos** deu-se continuidade aos estágios de diversas áreas que foram solicitados à Instituição, como sucedeu em anos anteriores adaptados ao contexto de Pandemia SARS COV2. Nomeadamente, da Escola Secundária Dr. António Carvalho de Figueiredo, em Loures, através do acolhimento de 1 aluna do ensino profissional de nível secundário de Técnico Auxiliar de Saúde, entre maio e julho de 2022.

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023



PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

A candidatura a Animadora Sociocultural através de um **estágio do IEPF – ATIVAR** foi aprovado, tendo dado início em Maio de 2022 e terminará a 26 de março deste ano. Será publicado no Site institucional o relatório de estágio.

No que respeita à **qualificação dos funcionários(as)** realizaram-se as formações através da parceria com o ACES Odiveias/ Loures. Ainda nesta parceria, no projeto Espaço do Cuidador- Formar para Cuidar da Unidade de Cuidados na Comunidade “Saúde a seu lado” participou a Diretora de Serviços como formadora voluntária em abril de 2022 na temática “Ética e Deontologia Profissional.

Realizaram-se outras **formações pontuais** que foram propostas pela Diretora de serviços a título de exemplo, as realizadas nas temáticas da área de ação da animação sociocultural.


Não foram realizadas as temáticas no âmbito da Gerontologia Social, programadas que abrangiam temas como ergonomia, higiene e conforto pessoal, hábitos saudáveis.

Ainda no âmbito dos recursos humanos foram realizadas três **contratações** em novembro de 2022, duas para ajudante de ação direta, tendo ficado apenas uma e outra para assistência social.

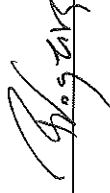
A respeito da gestão terapêutica, continuou-se com a **dispensa de medicação para doença crónica a utentes com serviço contratualizado, através de Enfermeiro** inscrito na respetiva Ordem Profissional.

Quanto à parceria com a CMO: **refiram-se as habituais atividades semanais do Grupo do Movimento indicadas no quadro 1. Que a partir de Julho de 2022 com o Parecer da USP para retoma das atividades possibilitou mais participantes.**

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023



PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS



**Após o parecer da Saúde Pública o projeto da CMO– Canta e Encanta** que também cede, gratuitamente um professor de música, com a periodicidade de uma vez por semana, foi igualmente retomado.

Foram realizadas obras de beneficiação para colocar o “Contentor Cozinha” com as condições de higiene e apetrechado com os equipamentos necessários para o cumprimento das regras de HAACP e outras emanados pela USP.

Através da CMO foram, ainda, executadas duas iniciativas no âmbito do mês do Idoso que são muito apreciadas pelos utentes e suas famílias, referimo-nos, em primeiro lugar, ao **Modelo Fotográfico por 1 dia** que culmina com a entrega de fotos aos participantes no mês de dezembro.

E, em segundo lugar à iniciativa “Do Baú para a passerelle”, tendo a **instituição participado, através da apresentação do “casal ícone” do filme da era de Ouro do cinema português: a Canção de Lisboa, com Beatriz Costa e Vasco Santana como noivos.**

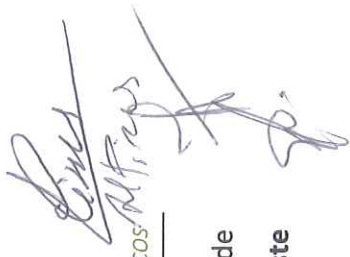
**A CRPI foi, posteriormente, convidada pela CMO a apresentar os figurinos num canal de televisão portuguesa. A Idealização, conceção dos figurinos e adereços ficou a cargo de uma nossa associada e antiga colaboradora que dispensa a identificação.**

Foi, igualmente, responsável pela concepção dos trajes do **presépio vivo** que a **CRPI** apresentou na semana do Natal.

Ver fotos de capa do presente relatório, tendo os participantes procedido à autorização prévia para expor publicamente as suas fotos.

**O Projeto CRPI\_SAD+: Psicomusicalidade (suspensão)** com o objetivo principal de aliar a psicologia (Estágios Profissionais e outras Parcerias) e a

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023



PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

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. **Não foi dada continuidade aos estágios de Psicologia, assim este projeto continua em stand-by.**

**Assim como, o Curso de diversas temáticas em Belas Artes, para os associados e comunidade local através de protocolo com Paim das Neves que tem o acordo de recomeçar em outubro de 2023.**

Quanto às **aulas de cavaquinho** foram realizados apenas ensaios avulso por parte dos participantes num momento de convívio.

Foram retomados, com a reabertura, os bailes de fim de semana e outros em que continuaremos a beneficiar da colaboração do DJ voluntário (Gonçalves).

#### **CALENDARIZAÇÃO PREVISTA DAS ATIVIDADES**

Seguidamente, no Quadro 1 apresentam-se de forma resumida as atividades que se realizaram, adaptando as mesmas durante o primeiro semestre de 2022 às restrições que foram emanadas pela DGS e entidades competentes, cumprindo com a Lei em vigor para as IPSS. As atividades essenciais foram mantidas.

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023

*Paula Nogueira*  
*[Signature]*

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

*[Signature]*

**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	EXECUÇÃO	INTERVENIENTES	
				PARTICIPANTES	
Centro de Dia	SEMANAL 4ªf	ATENDIMENTO SOCIAL Presencial sob marcação e telefónico	A partir de Julho Sem assistente social. Exclusivo Diretora de Serviços	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local	
Centro de Dia	Diário - 2ª a 6ª	Refeitório	<input checked="" type="checkbox"/>	Todos(as) utentes por turnos de 18 elementos	
Centro de Dia	Semanal 2ª a 5ª	Desporto Sénior/Boccia/ Karaté Sénior Hidroginástica, Caminhadas	<input checked="" type="checkbox"/>	Participantes inscritos na CMO	
Centro de Dia	Diário - 2ª a 6ª	Atividades Lúdico-Recreativas: damas, xadrez, jogos de cartas, Bingo	A partir de Maio com a Animadora Estágio IEFP	Todos(as) utentes por turnos de 18 elementos	

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023



*Paula Nogueira*  
*Alfons*

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

*Paula Nogueira*

Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPL_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	EXECUÇÃO	INTERVENIENTES
				PARTICIPANTES
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Todo o ano	Cuidados de Saúde Primários ACES LOURES ODIVELAS	<input checked="" type="checkbox"/>	Todos(as) Sócios(as)/ Comunidade Local
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Todo o ano	Gestão terapêutica	Responsabilidade Enf. Nelson Nabais	Todos(as) utentes com serviço contratualizado
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Higiene Pessoal e Conforto	<input checked="" type="checkbox"/>	Todos Sócios/Utentes
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Higiene Habitacional	<input checked="" type="checkbox"/>	Todos Sócios/Utentes
Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Distribuição Refeições	<input checked="" type="checkbox"/>	Todos Sócios/Utentes
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Por Sócio 1 x semana	Tratamento de Roupas	<input checked="" type="checkbox"/>	Todos Sócios/Utentes

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023

*Paula Nogueira*  
*AL*  
*[Signature]*

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Transportes/Transferências e Mobilizações	Em situações pontuais de SOS Para USF da PSA	Todos Sócios/Utentes
--	-------------------	--	--	-------------------------

Freguesia/ Local Execução PSA-Olival Bastos CRPI_PSA	CALENDARIZAÇÃO	ATIVIDADES	EXECUÇÃO	INTERVENIENTES
				PARTICIPANTES
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Diário 2ª a 6ª	Aquisições de bens no exterior	<input checked="" type="checkbox"/>	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)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Centro de Dia/ Serviço de Apoio Domiciliário	Dias Celebrativos	Aniversários Sócios último dia útil de cada mês Via telefónica/Postal Aniversário	A partir de Maio com a Animadora Estágio IEFP	Sócios/Utentes
Centro de Dia	3ª feiras 14h00/15h00	Grupo Coral Canta e Encanta	<input checked="" type="checkbox"/>	Sócios Participantes inscritos
Centro de Dia	Quinzenalmente 5ª Feira	Grupo de Cantares da CRPI	X	Suspensão em definitivo
Centro de Dia	6ª Feira	Cavaquinho Nível I e II	X	Suspensão

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023

*Almas*  
*Lica*  
*Paula*

PAULA NOGUEIRA - DIRETORA DE SERVIÇOS

Centro de Dia	Dias Festivos	Animação/Balies	<input checked="" type="checkbox"/>	Todos Sócios/Utentes e comunidade
---------------	---------------	-----------------	-------------------------------------	---

Aprovado em reunião de Direção de 10 de março de 2023

Seguidamente, discriminam-se genericamente as **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

## Quadro 2

### ATIVIDADES SÓCIO CULTURAIS COM PARCERIAS

<b>Grupo Coral da CRPI - "Canta e Encanta"</b>	Ensaios Semanais, horário vespertino , às 3as feiras, Ensaizador Ricardo da Câmara Municipal de Odivelas
<b>ESTÁGIOS Ordem dos Psicólogos Portugueses</b>	Sem possibilidade de realização pela ocupação da Diretora de Serviços em tarefas do foro social.
<b>Pintura a Óleo e Acrílico</b> <b>SUSPENSO RETOMA OUTUBRO 2023</b>	Aulas de Pintura a Óleo e Acrílico duas vezes por semana, com o Professor Voluntário Paim das Neves.
<b>Aniversários</b> Relativamente aos utentes de Centro de Dia, também recebem um postal com as assinaturas de todos, bem como com 2 fotografias do próprio a realizar atividades. Cantam-se os parabéns e quem quiser traz bolo para partilhar. ( Nota: apenas a partir de Julho)	Ao invés de se celebrar o os Aniversários no Final de cada Mês e em articulação com as crianças da Escola Barbosa du Bocage decidiu-se fazê-lo de outra forma para dar cumprimento à Lei vigente para estas respostas sociais. Para cada utente de Serviço de Apoio Domiciliário é realizado e enviado um cartão de aniversário.

**Clube do Movimento** BOCCIA, DANÇA, KARATE, GINASTICA,  
YOGA, Caminhadas, Hidroginástica

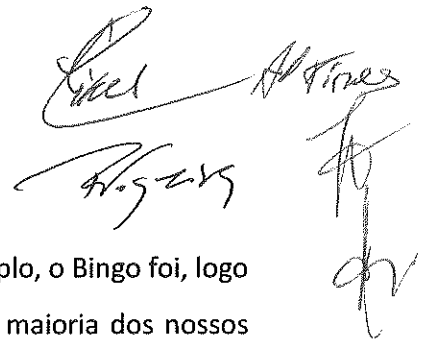
De seguida, resumidamente, iremos apresentar o tipo de atividades realizadas e sua periodicidade, abrangendo os diversos tipos de Animação existentes, sendo estas:

<b>Animação Cognitiva</b>
<b>Animação através da Comunicação</b>
<b>Animação Associada ao Desenvolvimento Pessoal e Social</b>
<b>Animação Física ou Motora</b>
<b>Animação Lúdica</b>
<b>Animação através da expressão plástica</b>

**PLANIFICAÇÕES MENSAIS**

Algumas atividades que começámos por planear e executar foram suspensas, por diversos motivos. Sendo estas:

- a de Horticultura que deixou de se fazer derivado à pouca adesão dos utentes;
- o visionamento de “Cinema/Documentários, pois despertou muito pouco interesse, talvez por não termos ainda o projetor preparado para tal e as televisões acabarem por ser bastante pequenas (handicaps sensoriais);
- as Técnicas de Relaxamento através de respiração, por não estarem a fazer sentido para o grupo (maioritariamente com compromissos de memória);
- “A hora da notícia” . Os comentadores rapidamente desinteressaram-se da atividade e desmotivavam o grupo;
- A atividade “Toca a Mexer” foi suspensa no Verão derivado às altas temperaturas, contudo pretende-se rapidamente voltar a introduzir com outros moldes que interessem mais aos utentes e os levem a participar de forma genuinamente feliz.



Por outro lado, podemos referir atividades “vencedoras”. Por exemplo, o Bingo foi, logo desde o início, a atividade que rapidamente conquistou a grande maioria dos nossos utentes e tem-se mantido com o mesmo nível de participação entusiástica.

As atividades de expressão plástica foram muito bem aceites desde os primeiros dias e não são dispensáveis. Há uma afeição tanto por realizar elementos decorativos para a sala bem como simplesmente colorir um desenho, repetindo-se mais do que uma vez por semana por serem solicitadas e apreciadas.

Os jogos de mesa são muito do agrado dos nossos utentes do sexo masculino e com a particularidade de por vezes se juntarem a outros sócios não utentes para convívio para jogar.

O “Vamos recordar e partilhar” , no espaço da biblioteca, acaba por ser uma atividade informal em que o grupo tem oportunidade de partilhar as suas experiências e vivências de forma livre e descontraída. Por exemplo, houve um dia em que um utente trouxe um livro bastante antigo (século XIX) para partilhar.

Em suma, a planificação está em constante análise e avaliação de modo a proporcionar as atividades que mais se enquadrem ao grupo em questão e que os deixem verdadeiramente felizes, interessados e motivados.

Exemplos:

A primeira planificação, abaixo transcrita, foi sofrendo ajustes ao longo dos meses para ir ao encontro dos interesses e necessidades dos utentes. Podemos de seguida comparar a primeira e a última do ano, de Maio e Dezembro.

Dados compilados do relatório de estágio IEFP \_ATIVAR realizado na CRPI\_PSA.

*Handwritten signatures and initials in the top right corner.*

**PLANIFICAÇÃO MAIO**



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA -FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
10:00- 12:00 <i>Animação através da comunicação Animação associada ao desenvolvimento pessoal e social</i> <b>" A hora da notícia- os comentadores"</b>	10:00- 12:00 <i>Animação física ou motora</i> <b>" Toca a mexer"</b>	10:00- 12:00 <i>Animação através da comunicação Animação associada ao desenvolvimento pessoal e social</i> <b>"Vamos recordar e partilhar"</b>	10:00- 12:00 <i>Animação através da expressão plástica</i> <b>"Atelier das artes manuais e decorativas"</b>	<i>Animação associada ao desenvolvimento pessoal e social</i>  <b>" Inspira e Expira" Técnicas de relaxamento e mindfulness</b>
Almoço				
14:30-15:30 <i>Animação lúdica</i> <b>Horticultura</b>	14:30-15:30 <i>Animação cognitiva e lúdica</i> <b>Bingo</b>	14:30-15:30 <i>Animação cognitiva e lúdica</i> <b>Jogos de mesa</b>	14:30-15:30 <i>Animação cognitiva</i> <b>" Cinema"</b>	14:30-15:30 <i>Animação cognitiva e lúdica</i> <b>Bingo</b>

**Animadora Sociocultural (IEFP) : Inês Francisco**

**PLANIFICAÇÃO DEZEMBRO**



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA -FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
10:00- 12:00 <i>Animação através da comunicação</i> <b>"Atelier de Expressão Oral e Escrita"</b>	10:00- 12:00 <i>Animação através da expressão plástica</i> <b>"Atelier das artes manuais e decorativas"</b>	10:00- 12:00 <i>Animação através da comunicação Animação associada ao desenvolvimento pessoal e social</i> <b>"Vamos recordar e partilhar"</b>	10:00- 12:00 <i>Animação através da expressão plástica</i> <b>"Atelier das artes manuais e decorativas"</b>	10:00- 12:00 <i>Animação através da expressão plástica</i> <b>"Atelier das artes manuais e decorativas"</b>
Almoço				
14:30-15:30 <i>Animação cognitiva e lúdica</i> <b>Jogos de mesa</b>	14:30-15:30 <i>Animação cognitiva e lúdica</i> <b>Bingo</b>	14:30-15:30 <i>Animação cognitiva e lúdica</i> <b>Jogos de mesa</b>	10:00- 12:00 <i>Animação cognitiva</i> <b>" Vamos exercitar a mente"</b>	14:30-15:30 <i>Animação cognitiva e lúdica</i> <b>Bingo</b>

**Animadora Sociocultural (IEFP) : Inês Francisco**






# Atividades 2022: COVID\_19

Necessitava da parceria de estágios profissionais com a Ordem dos  
 Psicólogos para ser operacionalizada.

**As Atividades foram Suspensas / Apenas as Atividades de Motricidade foram integradas na animação**

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



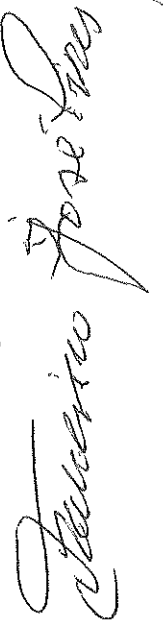
Não poderíamos terminar este relatório sem referir uma palavra de agradecimento, a uma das nossas parcerias, nem gesto simbólico a Andreia Barros que nos deixou precocemente no final de 2022, mas a sua alegria, criatividade e Amor ao Social continuarão num dos seus "amores" - a Academia Arte & Dança.



#### APROVAÇÃO

O Relatório Anual de Atividades para 2022 foi aprovado em reunião de Direção, em 10 março de 2023 e assinado por:

Presidente de Direção



Tesoureiro de Direção



Restantes Elementos

