



SANTA CASA DA MISERICÓRIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

“ a animação é uma atividade interdisciplinar e intergeracional que atua em diversas áreas e que influencia o individuo e o grupo”

Quintas e Cãstano 1998

O Plano de Actividades para 2015 encontra-se, uma vez mais, a ser apresentado à consideração e discussão da Assembleia Geral de Irmãos, conforme estipula o Compromisso desta Instituição. Importa, com efeito, torná-lo público junto da comunidade de Irmãos, e fazer com que constitua, após aprovação, um documento de trabalho que se pretende dotado de uma função orientadora para todos os responsáveis – chefias de topo, chefias intermédias e técnicos – desta Santa Casa. Conscientes das nossas potencialidades mas também das nossas limitações, associadas a uma conjuntura globalmente pouco favorável, propomos um conjunto de medidas cuja implementação nos parece possível e desejável, no quadro das necessidades identificadas na Instituição. Estes projectos e medidas foram definidos em função da disponibilidade de recursos da Instituição e das necessidades concretas.

O presente projecto de trabalho terá em conta a aplicação do Plano do ano anterior, o que implicará a continuidade de alguns objectivos e a revisão de outros.

Tendo em conta que Animação significa dar ânimo e alma, as propostas aqui apresentadas, pretendem ir de encontro aos desejos, potencialidades e dificuldades de cada Idoso, com o intuito de contribuir para uma melhor integração e envolvimento destes na vida da Instituição e no bem-estar geral de cada um.

Neste entendimento, tentaremos dar continuidade a algumas actividades rotineiras do interesse dos Idosos, bem como a comemoração de datas marcantes do calendário.

Deste modo, prevê-se a dinamização dos espaços da Instituição com actividades para/e com os Idosos, recorrendo a outros espaços da comunidade para a promoção de contactos com as Raízes, Família e Sociedade.

O plano de actividades, apesar de já definido poderá, ao longo do ano, sofrer algumas alterações de acordo com acontecimentos não programados e/ou com novas actividades.

A animação é um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa, tem como objetivos gerais: valorizar as competências, saberes e cultura dos idosos. É importante conhecer os idosos, as suas características pessoais, capacidades, dificuldades e gostos.

Objectivos:

- Proporcionar Actividades de Animação.
- Promover a auto – estima do Idoso, estimulando o envolvimento do mesmo na vida da Instituição.
- Estimular a mobilidade dos Idosos e o conhecimento de novos lugares e pessoas.



SANTA CASA DA MISERICÓRIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

- Promover o contacto e trocas entre Idosos Institucionalizados e outros Idosos, Crianças Jovens e Comunidade em geral.
- Proporcionar uma maior ligação entre os Idosos e a Família, reforçando os laços afectivos entre eles.
- Promover intercâmbios entre Idosos de diferentes lugares.
- Proporcionar aos Idosos motivos de boa disposição e de contacto com o exterior.
- Ocupação de tempo livre;
- Promover uma vida activa;
- Valorizar costumes e tradições;
- Inculcar sentimentos de pertença;
- Dinamizar espaços;
- Valorizar e reconhecer capacidades;
- Estimular memória;
- Recordar vivências;
- Transmitir valores;
- Estimular a criatividade;
- Observar e ser observados;
- Recordar músicas tradicionais;
- Captar momentos e pessoas para recordar;
- Exteriorizar sentimentos;

Assim sendo o programa de intervenção para o ano 2015 é o seguinte:

- Atelier de Estimulação Cognitiva em Grupo
- Atelier de Estimulação Sensorial
- Atelier de Culinária
- Atelier de Costura
- Atelier Mãos à Obra
- Atelier de Expressão Oral e Escrita
- Atelier de Informática
- Atelier de Dinâmicas de Grupo
- Atelier Gerações
- Actuações de grupos convidados ou outros.

Atelier de Estimulação Cognitiva em Grupo



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Promover a orientação - Estimulação da memória - Estimular capacidades de Linguagem - Desenvolvimento das Gnosias - Trabalhar atenção e concentração 	<ul style="list-style-type: none"> - Jogos de Destreza manual - Exercícios de Conhecimento e realização de acções - Exercícios de memória recente, imediata, episódica e semântica - Jogos de destreza manual, - Jogos de semelhanças e diferenças - Conhecimento numérico e capacidade de contar - Exercícios de compreensão de ordens - Exercícios de nomeação - Jogos de vocabulário - Jogos de atenção - Exercícios de reminiscências visuais - Jogos de reconhecimento auditivo - Jogos de reconhecimento táctil - Jogos de reconhecimento olfactivo - Exercícios de leitura e escrita 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de conhecimentos - Manter e melhorar as capacidades cognitivas - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia das AVD's e independência pessoal.

Atelier de Culinária

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> Partilhar conhecimentos de receitas antigas; - Confeção - Estimular a motricidade fina - Promover o convívio entre idosos 	<ul style="list-style-type: none"> - Confeção de bolinhos secos - Confeção de doces - Confeção de bolos - Confeção de salgados - Elaboração livro de receitas 	<ul style="list-style-type: none"> Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal; - Partilha dos produtos confeccionado

Atelier de Costura

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Continuar a ir ao encontro dos gostos do cliente; - Desenvolvimento da motricidade fina; - Produzir pequenos trabalhos; - Elaboração de trabalhos para épocas festivas do ano (Natal, Carnaval, Páscoa, halloween) 	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalhos em feltro - Saquinhos de cheiro - Pequenos arranjos - Confeção de pequenos trabalhos para épocas específicas - Porta-moedas - Bonecas de pano 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de conhecimentos - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia das AVD's e independência pessoal - Compra de material para um melhor funcionamento deste atelier - Venda de Trabalhos realizados



SANTA CASA DA MISERICÓRIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

Atelier de Atividades Religiosas

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none">- Promover momentos de oração- Desenvolver o lado espiritual e religioso- Proporcionar aos clientes o sacramento da reconciliação- Potenciar a participação da comunidade na eucaristia	<ul style="list-style-type: none">- Celebração da eucaristia;- Leitura dos mistérios;- Rezar o terço;- Assistir a cerimónias religiosas (ao vivo pela televisão)	<ul style="list-style-type: none">- Satisfação dos nossos clientes

Atelier Mãos á Obra

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver a motricidade fina;- Estimular a criatividade;- Precisão manual e a coordenação psico-motora	<ul style="list-style-type: none">- Trabalhos em papel (corte; colagem e pintura)- Trabalhos com recursos a materiais reciclados- Trabalhos com pastas moldáveis (barro, plasticina)	<ul style="list-style-type: none">- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD`s e independência pessoal- Exposição e venda de trabalhos realizados

Atelier de Estimulação Sensorial

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none">- Reagir a estímulos visuais- Reagir a estímulos auditivos- Reagir a estímulos tácteis- Reagir a estímulos olfativos- Reagir a estímulos gustativo	<ul style="list-style-type: none">-Dirigir os olhos para um estímulo luminoso- Seguir com os olhos um objeto- Reagir à sua imagem no espelho- Olhar na direcção de Uma fonte sonora-Responder à voz do técnico- Distinguir as vozes dos animais mais comuns- Reagir às várias partes do corpo	<ul style="list-style-type: none">- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD`s e independência pessoal;



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

	<ul style="list-style-type: none"> - Explorar objetos - Reagir aos diferentes sabores (doce, salgado) - Diferenciar alguns cheiros 	
--	---	--

Atelier de Dinâmicas de Grupo

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Estimular a expressão corporal e as funções psicomotoras - Fomentar o desenvolvimento emocional e cognitivo - Desenvolver a criatividade - Potenciar o espírito de inter ajuda e promover as relações sociais 	<ul style="list-style-type: none"> - Jogos de apresentação - Jogos de sensações - Jogos narrativos - Jogos com adereços - Jogos de atenção, memória, linguagem, criatividade / imaginação, cooperação - Jogos de Relaxamento 	<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de saberes; - Aumento da autonomia dos clientes.

Atelier Gerações

Objectivos	Atividades	Resultados
<ul style="list-style-type: none"> - Continuar a unir gerações - Mudar a percepção da velhice e a do envelhecimento aos mais novos - Proporcionar momentos lúdicos e recreativos - Partilhar vivência e histórias entre as gerações - Educar para o respeito pela diferença - Aumento do auto estima 	<ul style="list-style-type: none"> - Comemoração de épocas festivas - Histórias tradicionais - Hora do Conto - Jogos pedagógicos - Dramatizações - Trabalhos manuais - Confeção de doçaria e salgados - Concertos musicais 	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal - Aumento da confiança dos clientes

Tendo como benefícios:

Benefícios de saúde: um idoso ativo será necessariamente um idoso mais saudável. Sobretudo no caso das atividades físicas, o idoso encontrará sempre uma forma de se exercitar, combatendo muitas das doenças típicas da velhice, atuando não só como agente de prevenção, mas também terapêutico para eventuais problemas já sentidos. Uma vida mais ativa, sobretudo nesta idade, levará a um aumento do bem-estar e da qualidade de vida.



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

Benefícios sociais: O envolvimento em uma ou várias atividades, promove o convívio com diferentes pessoas, a partilha de experiências e vivências comuns e, sobretudo, o experimentar de algo novo.

Benefícios psicológicos: O aumento do bem-estar físico e social levará a que o idoso se sinta bem consigo próprio e com a vida, descobrindo (ou nalguns casos, redescobrimdo) o prazer de viver. A depressão é um grave problema da terceira idade, e que melhor forma existirá de a combater.

Comemoração de Datas Festivas

Com a finalidade de proporcionar interação, alegria, e dinamismo entre os clientes da Instituição e também dos respectivos familiares e toda a comunidade, é importante organizar festas para comemorar os aniversários de cada cliente, festas religiosas, festas populares onde os utentes possam preparar exposições dos trabalhos manuais, fotografias e espectáculos (no quadro abaixo estão descritas essas atividades).

Actividades Sociais			
Data	Comemoração	Objectivos	Actividades
6 De Janeiro	Dia de Reis	<ul style="list-style-type: none">- Estimular a imaginação e a criatividade;- Promover o convívio e a partilha;- Valorizar os usos e costumes.	<ul style="list-style-type: none">- Elaboração de coroas;- Invenção de uma canção de Reis.
14 De Fevereiro	Dia dos namorados	<ul style="list-style-type: none">- Reconhecer diferentes sentimentos;- Promover sentimentos positivos entre os idosos	<ul style="list-style-type: none">- Discussão em grupo sobre diferentes sentimentos;



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

17 De Fevereiro	Carnaval	<ul style="list-style-type: none">- Compreender o significado desta quadra festiva;- Desenvolver a criatividade;- Promover o convívio, a amizade e a alegria;	<ul style="list-style-type: none">- Realização de vários trabalhos de artes plásticas para decoração da sala de convívio;- Realização e decoração de máscaras;- Lanche partilhado para os idosos e as crianças.
8 De Março	Dia da Mulher	<ul style="list-style-type: none">- Sensibilizar os idosos para a comemoração deste dia;	<ul style="list-style-type: none">- Elaboração de uma lembrança para se oferecer às mulheres.
19 De Março	Dia do Pai	<ul style="list-style-type: none">- Promover a aproximação com a família;- Valorizar o papel do cliente na família;	Realização de cartões e lembranças para distribuir a todos os clientes.
21 De Março	Início da Primavera Dia da árvore	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver a orientação temporal;- Promover a cooperação e o trabalho de grupo;	<ul style="list-style-type: none">- Plantar uma árvore/planta no jardim/vaso.
De 3 a 8 de Abril	Páscoa	<ul style="list-style-type: none">- Reconhecer e valorizar as tradições e costumes;-- Proporcionar um momento de cariz religioso aos idosos;	<ul style="list-style-type: none">- Confeção de motivos decorativos alusivos a esta data;
23 De Abril	Dia do Livro	<ul style="list-style-type: none">- Incentivar e valorizar a leitura;- Promover o convívio entre crianças e idosos;	<ul style="list-style-type: none">- Leitura de uma história aos idosos.
25 De Abril	Dia da Liberdade	<ul style="list-style-type: none">- Valorizar o que foi o 25 Abril;	Valorizar o que foi o 25 Abril, contar histórias e acontecimentos da época



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

15 De Maio	Dia da família	- Sensibilizar os idosos para comemoração deste dia;	- Elaboração de uma lembrança para oferecer aos familiares de cada idoso.
10 De Junho	Dia de Portugal	- Compreender o significado desta comemoração;	- Realização de um cartaz colectivo relacionado com o nosso país.
Junho	Santos populares	- Conhecer e valorizar as tradições e costumes desta data festiva; - Promover o convívio entre os idosos, seus familiares e funcionários; - Proporcionar momentos de alegria e de partilha;	- Confeção de motivos decorativos alusivos aos Santos populares; - Realização de uma sardinhada com a participação dos familiares dos idosos.
26 De Julho	Dia dos Avós	- Incentivar a partilha e convívio entre as crianças e os idosos;	- Realização de jogos tradicionais. - Juntar avós e netos.
21 De Setembro	Início do Outono	- Desenvolver a orientação temporal; - Promover a cooperação e o trabalho de grupo;	- Realização de um cartaz alusivo ao Outono.
1 De Outubro	Dia do Idoso	- Valorizar a comemoração deste dia; - Promover o convívio e a partilha entre os idosos;	- Participação na celebração do lar.
16 De Outubro	Dia da alimentação	- Valorizar a necessidade de uma alimentação saudável;	- Elaboração de uma roda de alimentos com conselhos sobre uma alimentação saudável.
31 De Outubro	Halloween	- Compreender a celebração desta data;	- Confeção de diferentes motivos decorativos alusivos a esta celebração.
Novembro	S. Martinho	- Estimular a imaginação e a criatividade;	- Elaboração de trabalhos de expressão plástica relacionados com o S.



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

		<ul style="list-style-type: none">- Manter e valorizar as tradições;- Promover o convívio entre familiares, idosos e funcionários;	Martinho; - Comemoração com um Magusto.
21 De Dezembro	Início do Inverno	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver a orientação temporal;- Promover a cooperação e o trabalho de grupo.	- Realização de um cartaz alusivo ao Inverno.
Do dia 15 ao dia 25 de Dezembro	Natal	<ul style="list-style-type: none">- Valorizar as tradições e costumes desta festividade;- Reconhecer os valores do Natal;- Estimular a imaginação e a criatividade;- Desenvolver o espírito de solidariedade;- Proporcionar o convívio e a partilha entre idosos, seus familiares e funcionários;	<ul style="list-style-type: none">- Elaboração de elementos decorativos alusivos ao Natal;- Confecção de prendas para oferecer aos familiares;- Preparação de uma representação realizada pelos idosos para apresentar aos familiares no jantar de Natal;- Realização da festa de Natal (familiares/idosos/colaboradores)

“A realização de atividades é vital na estimulação dos mais velhos para o uso das capacidades e competências cognitivas no caminho da autonomia e da velhice com sucesso”.



SANTA CASA DA MISERICÓRIA DE VILA DE FRADES

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2015

Plano de Formação 2015

Designação da acção	Data Prevista de Início	Data Prevista de Fim	Estado	Projecto/ Entidade formadora
Suporte Básico de Vida	A Agendar	2º Semestre 2015	Acção de formação- Aprovada - a realizar	Tecla
Simulacro “ Evacuação edifícios”	A Agendar	A Agendar	Acção de formação- Aprovada - a realizar	BVV
Formação em Princípios de Segurança, higiene e saúde no Trabalho	A Agendar	A Agendar	Acção de formação- Aprovada - a realizar	Tecla
Campanha de Lavagem das Mãos	15/01/2015	15/01/2015	Acção de formação- Aprovada - a realizar	Formação interna SCMVF
Segurança, Eficácia e Protecção articular no manuseamento do utente	12/2/2014	13/2/2015	Acção de formação- Aprovada - a realizar	Formação interna SCMVF
Workshop "A Diabetes"	26/3/2015	26/3/2015	Acção de formação- Aprovada - a realizar	Formação interna SCMVF
Saúde da Pessoa Idosa – Cuidados Básicos	6/5/2015	8/5/2015	Acção de formação- Aprovada - a realizar	Formação interna SCMVF
Workshop “Posicionamentos”	08/04/2015	08/04/2015	Acção de formação- Aprovada - a realizar	Formação interna SCMVF