AURPIS

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

- LAR E CRECHE -



Plano de Atividades 2027

Código	Revisão	Elaborado por:	Aprovado por
PA.ERPI.27	06/11/2026	Equipa Técnica CD Lar e ERPI 06/11/2026	Direcção em 09/11/2026

A **Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) da AURPIS** é uma resposta social destinada a alojamento colectivo, para pessoas com idade estabelecida para a reforma, ou outras em situação de maior risco de perda de independência e/ou de autonomia que, por opção própria ou por inexistência de retaguarda familiar, pretendam integração em Estrutura Residencial.

A ERPI tem um Acordo de Cooperação estabelecido com o Centro Distrital de Segurança Social de Setúbal com capacidade para acolher 58 utentes em situação de vulnerabilidade socioeconómica e que necessitem de apoio permanente para verem garantido o seu bem-estar, dignidade e qualidade de vida.

O apoio prestado aos utentes é assegurado por uma equipa multidisciplinar. São desenvolvidas inúmeras actividades e serviços que pretendem assegurar a satisfação das necessidades básicas do ser humano e o desenvolvimento/estímulo das capacidades e dos potenciais de cada utente, seguindo parâmetros de qualidade institucionais que permitem a prestação de cuidados humanizados e centrados no indivíduo. Estas actividades contribuem para estimular as relações interpessoais e Intergeracionais, quebrar o isolamento e a solidão, promovendo assim o bem-estar e o envelhecimento activo.

As actividades socioculturais são organizadas tendo em consideração os gostos, costumes e vontades dos utentes e contribuem para favorecer as relações interpessoais, promover a valorização pessoal e a auto-estima, estimular as capacidades físicas e cognitivas e garantir o bem-estar geral. Estas actividades contribuem ainda para estabilizar e/ou retardar as consequências negativas associadas ao envelhecimento.



Objectivos Gerais	Objectivo Específico	Actividades	Recursos Humanos / Materiais	Calendarização
Garantir o alojamento temporário ou permanente	• Possibilitar um alojamento em quarto duplo ou individual garantindo a privacidade e o conforto.	• Limpeza, arrumação e manutenção diária dos aposentos; • Organização dos pertences pessoais.	Equipa de colaboradores da ERPI	Todo o ano
Assegurar a satisfação das necessidades básicas do quotidiano	• Assegurar a prestação dos serviços existentes adaptada a cada situação e necessidades dos utentes; • Cumprir com o contrato de prestação de serviços.	• Prestação de cuidados de higiene pessoal/imagem e conforto; • Garantir as refeições diárias; • Garantir o tratamento, lavagem e arrumação de roupa; • Garantir acompanhamento ao exterior para aquisição de bens e serviços.	Equipa de colaboradores da ERPI / Família Viatura	Todo o ano
Assegurar as necessidades ao nível da saúde	• Assegurar a assistência médica, de enfermagem e medicamentosa; • Proceder ao acompanhamento integral do utente ao nível da saúde; • Promoção da saúde e prevenção da doença.	• Consulta de clínica geral e cuidados de enfermagem; • Aquisição, preparação, administração e supervisão diário da medicação; • Encaminhamento/articulação com serviços de saúde; • Encaminhamento para o hospital em caso de urgência; • Promover acções de sensibilização/formação dos colaboradores e prestadores de cuidados; • Gestão e organização do processo clínico.	Equipa de Saúde da ERPI	Todo o ano
Assegurar o apoio psicossocial	• Garantir o estímulo às capacidades e potenciais dos utentes; • Garantir a defesa dos direitos políticos, cívicos e sociais.	• Acompanhamento Social; • Apoio nos cuidados, *Post-Mortem;* • *Empowerment;* • Advocacia Social; • Proporcionar informações funcionais/encaminhamentos.	Equipa Técnica da ERPI	Todo o ano
Promover a autonomia e independência	• Garantir o empréstimo de ajudas técnicas adequadas a uma melhor qualidade de vida; • Promover a mobilidade e independência.	• Plano de actividades socioculturais; • Banco de ajudas técnicas.	Equipa de Animadores da ERPI	Todo o ano
Garantir a qualidade, eficiência e eficácia na prestação dos serviços aos utentes / famílias / colaboradores	• Avaliar a qualidade na prestação dos cuidados; • Avaliar o grau de satisfação dos utentes, famílias e colaboradores.	• Monitorização e avaliação dos diversos sectores através da observação directa e auto-avaliação dos colaboradores; • Promover acções de sensibilização/formação dos colaboradores e prestadores de cuidados para as problemáticas do idoso; • Auscultação de opiniões e sugestões dos colaboradores, utentes e famílias.	Equipa de colaboradores da ERPI/ Utentes/ Famílias	Todo o ano

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Retardar a perda de autonomia através do estímulo às capacidades cognitivas e intelectuais fomentando o envelhecimento activo.	**Jogos de mesa** – Cartas, dominó, damas, loto.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários.	Jogos variados	----------	Sala de convívio	Diariamente, durante todo o ano
	Jogos de estimulação cognitiva – adivinhas, provérbios, ditos populares, puzzles, jogos de memória, atenção, raciocínio e mímica.		Jogos, livros e Tablet	----------		
	Ateliê de costura - trabalhos de costura e crochê.		Máquina de costura, material de desgaste	----------	Sala dos Trabalhos Manuais; Sala de convívio	Diariamente, durante todo o ano
	Desenho e confecção de trajes para festas temáticas.	Animadores, utentes, colaboradores, voluntários.		----------		A definir
Estimular o raciocínio, criatividade, memória, concentração, imaginação e a observação.	**Contacto intergeracional** - realização de diversas actividades promovidas em parceria com a creche da AURPIS, famílias e escolas da comunidade.	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários.	A definir	Escolas do concelho Creche da AURPIS	A definir	A definir
	Trabalhos manuais - Construção de objectos em diversos materiais, realização de pinturas, postais e lembranças.		Material de desgaste	----------	Sala dos Trabalhos Manuais; Sala de convívio	Semanalmente, durante todo o ano
Promover o convívio intergeracional.	**Cantinho da leitura** – Leitura livre de livros, jornais ou revistas.		Jornal e revistas generalistas e livros	----------	Sala de convívio	Diariamente, durante todo o ano
	Ouvir vários estilos de música e cantar livremente.		Equipamento de som, computador, rádio, CD's	----------	Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
Promover a comunicação, a interacção, o diálogo e o reviver de experiências passadas e de tradição.	**Conversas em grupo** sobre experiências e vivências passadas; histórias de vida e contributos que deram à sociedade.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários e família.	----------	----------		
	Tarde de variedades – Fados, teatro, danças, entre outros.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários.	A definir	A definir	A definir	A definir
Promover o respeito pelas crenças religiosas.	**Sessão de cinema, teatro e concertos** – Visionamento de filmes, peças de teatro, revistas e concertos.		Equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	----------	Refeitório Sala de convívio	Semanalmente, durante todo o ano
	Actividades Religiosas - Reza do terço, Procissões, Missas.		A definir	Igreja Seixal	Sala Maria Leonor Monteiro	Semanalmente, durante todo o ano
Desenvolvimento pessoal através da aquisição de competências pessoais e sociais, proporcionando novas aprendizagens.	**Equipamentos Digitais** – Apoio em questões do conhecimento do utilizador.	Animador, utentes, auxiliares de acção directa e voluntários.	Computadores/Tablet, telemóveis, acesso à Internet	----------	Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
	Fotografia - Sessões fotográficas temáticas e Álbum de actividades digitais, na página da Instituição no *Facebook*.		Computadores, telemóveis, acesso à Internet, adereços	A definir		Durante todo o ano

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Fomentar o convívio, a motivação, a alegria reforçando o relacionamento interpessoal, o espírito de solidariedade e de entreajuda.	**Sessões temáticas** sobre questões de saúde, alimentação, prevenção e segurança e datas comemorativas.	Enfermeiro, animadores, utentes, colaboradores, voluntários e direcção.	A definir	PSP, CMS, Centro Saúde Seixal, outros profissionais de saúde	A definir	A definir
	Passeios e actividades Culturais / Excursões	Animador, utentes, auxiliares de acção directa, voluntários e direcção	A definir	A definir		A definir
Estimular a valorização pessoal e elevar a auto-estima.	**Comemoração de dias festivos/temáticos:**	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	Sala de convívio Refeitório	A definir
	Comemoração dos aniversários dos utentes	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	A definir	Dias dos aniversários
Desenvolver e/ou manter a capacidade participativa, organizativa e cultural.	Dia de Reis	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir A definir	A definir A definir	6 de Janeiro
	Dia Internacional do Riso					18 de Janeiro
	Dia da Escrita à Mão					23 de Janeiro
	Dia Mundial do Puzzle					29 de Janeiro
	Dia Internacional do Croissant					30 de Janeiro
	Dia Mundial da Nutella					5 de Fevereiro
	Carnaval					9 de Fevereiro
	Dia Mundial da Rádio					13 de Fevereiro
	Dia dos Afectos					14 de Fevereiro
	Dia do Pensamento					22 de Fevereiro
	Dia Internacional da Mulher					8 de Março
	Aniversário da AURPIS					14 de Março
	Dia do Pai					19 de Março
	Dia Mundial da Árvore / Primavera					21 de Março
	Dia Mundial do Teatro					27 de Março
	Páscoa					28 de Março
	Dia Mundial da Atividade Física					6 de Abril
	Dia Mundial da Doença de Parkinson					11 de Abril
	Dia Internacional do Café					14 de Abril
	Dia Mundial da Arte					17 de Abril
	Dia Internacional dos Monumentos e Sítios					18 de Abril
	Dia Mundial da Actividade Física					6 de Abril
	Dia da Liberdade					25 de Abril
	Dia Mundial da Dança					29 de Abril
	Dia da Mãe					2 de Maio
	Dia do Sol					3 de Maio

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Desenvolvimento pessoal através da aquisição de competências pessoais e sociais, proporcionando novas aprendizagens. Fomentar o convívio, a motivação, a alegria reforçando o relacionamento interpessoal, o espírito de solidariedade e de entreajuda. Estimular a valorização pessoal e elevar a auto-estima. Desenvolver e/ou manter a capacidade participativa, organizativa e cultural.	Dia da Mundial da Criança	Animadores, utentes, auxiliares de acção directa, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	A definir	1 de Junho
	Dia Mundial do Ambiente					5 de Junho
	Dia Mundial dos Oceanos					08 de Junho
	Dia de Portugal					10 de Junho
	Santo António					12 de Junho
	Dia Mundial da Consciencialização da Violência Contra a Pessoa Idosa					15 de Junho
	Dia Mundial do Piquenique					18 de Junho
	Dia Europeu da Música / Dia Internacional do Yoga					21 de Junho
	São Pedro					29 de Junho
	Dia Mundial do Chocolate					7 de Julho
	Dia Mundial da Pizza					10 de Julho
	Dia do Amigo					20 de Julho
	Dia Mundial dos Avós e dos Idosos					26 de Julho
	Dia Mundial da Fotografia					19 de Agosto
	Festa de Aniversário do Edifício Lar e Creche					10 de Setembro
	Dia Mundial Doença de Alzheimer / Outono					21 de Setembro
	Dia Mundial do Coração					29 de Setembro
	Dia Internacional do Idoso					1 de Outubro
	Dia Mundial do Animal					4 de Outubro
	Dia Mundial do Pão					16 de Outubro
	Dia Mundial do Cinema					5 de Novembro
	São Martinho / Dia Mundial do Origami					11 de Novembro
	Dia Mundial da Criatividade					17 de Novembro
	Dia Internacional do Homem					19 de Novembro
	Dia Nacional do Pijama / Dia Internacional dos Direitos das Crianças					20 de Novembro
	Dia Mundial da Ciência					24 de Novembro
	Dia da Bolacha					4 de Dezembro
	Festa de Natal					Dezembro
	Dia de Natal e Ceia de Ano Novo					25 e 31 Dezembro

Objectivos	Actividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Retardar a perda da independência através da manutenção, melhoramento e estímulo das capacidades físicas e psico-motoras.	Ginástica de manutenção e exercícios de relaxamento	Animador, auxiliares de acção directa e utentes	Cadeiras, colchões, bolas, varas, entre outros	----------	Jardim, sala de convívio e ginásio	2x semana, durante todo o ano
	Exercícios individualizados a utentes acamados e funcionais	Fisioterapeuta, auxiliares de acção directa, enfermeiro e utentes	A definir	----------	A definir	A definir
Promover o bem-estar físico, a saúde e o contacto com a natureza.	Caminhadas	Animador, voluntários, auxiliares de acção directa e utentes	A definir	----------	Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
Minimizar a lentidão motora, a rigidez muscular, estimulando o equilíbrio e a flexibilidade de forma a criar confiança e domínio do corpo reduzindo o medo e o risco das quedas.	Iniciativas promovidas pela CMS	Animador, auxiliares de acção directa, utentes, voluntários e Direcção	A definir	CMS	A definir	A definir
	Jogos individuais ou em grupo de estímulo motor e jogos tradicionais	Animador, auxiliares de acção directa, voluntários e utentes	Jogos tradicionais e exercícios de treino psicomotor	----------	Interior e exterior	Semanalmente, durante todo o ano
Desenvolver a precisão manual e a motricidade fina.	Passeios no exterior	Animador, auxiliares de acção directa, voluntários e utentes	Garrafas de água, identificação, chapéus, mantas, cadeiras de rodas	A definir	A definir	A definir