



Handwritten signature and initials in blue ink.

Centro de Dia

- LAR E CRECHE -



Plano de

Atividades

2024



Código PA.CD.24	Revisão 02/11/2023	Elaborado por: Equipa Técnica CD Lar e ERPI 02/11/2023	Aprovado pela Direção em 10/11/2023 Assembleia Geral: 30/11/2023
-------------------------------	----------------------------------	--	---



O Centro de Dia do “Equipamento Lar de Idosos e Creche” da AURPIS é uma resposta de apoio social para a população idosa e tem como objetivos gerais a promoção da autonomia, integração social e a prevenção da dependência, permitindo que o idoso continue a viver na sua casa junto dos seus pertences e no ambiente que melhor contribui para o seu bem-estar.

Para esta resposta foi celebrado acordo de cooperação com a segurança social onde se encontram abrangidos 40 utentes que se enquadrem nos seguintes critérios de admissão: vulnerabilidade social e económica, risco de isolamento social, ausência de rede familiar/social para a prestação dos cuidados/acompanhamento e que sejam residentes no concelho do Seixal.

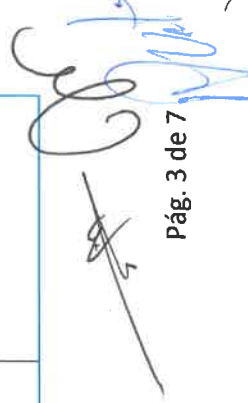
Esta resposta funciona de segunda a sexta das 08:30h às 17:30h e sábados das 09:00h às 14:00h. São desenvolvidas inúmeras atividades e serviços que pretendem assegurar a satisfação das necessidades básicas do ser humano e o desenvolvimento/estímulo das capacidades e dos potenciais de cada utente, seguindo parâmetros de qualidade institucionais que permitem a prestação de cuidados humanizados e centrados no indivíduo. Estas atividades contribuem para estimular as relações interpessoais e Intergeracionais, quebrar o isolamento e a solidão, promovendo assim o envelhecimento ativo.

As Atividades socioculturais e recreativas são organizadas de acordo com os gostos, costumes e vontades dos utentes e que contribuem para favorecer as relações interpessoais, promover a valorização pessoal e a autoestima, estimular as capacidades físicas e cognitivas e garantir o bem-estar geral. Estas atividades contribuem ainda para estabilizar ou retardar as consequências negativas associadas ao processo de envelhecimento, atrasando assim o processo de integração em Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

É desta forma que pretendemos que o Centro de Dia seja um recurso da comunidade, distinguido pela sua qualidade, sempre disponível para construir e alargar parcerias com serviços e entidades externas, de forma a constituir uma resposta eficaz e eficiente às diversas situações/problemas que diariamente são identificados.

Plano de Atividades e Serviços Prestados para a Resposta Social Centro de Dia/2024

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos Humanos / Materiais	Calendarização
<p>Assegurar a satisfação das necessidades básicas do quotidiano e de saúde:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Assegurar a prestação dos serviços adaptados a cada situação e necessidades dos utentes; ● Cumprir com o contrato de prestação de serviços; ● Assegurar a assistência medicamentosa; ● Garantir a articulação entre os serviços da comunidade ao nível da saúde e implicar a rede familiar no processo de saúde; ● Assegurar o empréstimo de ajudas técnicas 	<ul style="list-style-type: none"> ● Prestação de Cuidados de Higiene Pessoal/imagem e conforto; ● Garantir as refeições diárias; ● Garantir o tratamento de roupa; ● Garantir o transporte para o Centro de Dia e deste para o domicílio; ● Garantir acompanhamento ao exterior para aquisição de bens e serviços; ● Garantir a supervisão da toma da medicação; ● Acompanhamento ao médico e instituições de saúde, encaminhamento para o hospital em caso de urgência; ● Articulação com serviços de saúde; ● Empréstimo de andarilhos, canadianas, bengala, entre outros; 	<p>Equipa de colaboradores do Centro de Dia</p> <p>Família</p> <p>Médico de clínica geral e familiar</p> <p>Viatura</p>	<p>Todo o ano</p>
	<p>Garantir a qualidade, eficiência e eficácia na prestação dos serviços aos utentes / famílias</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Avaliar a qualidade na prestação dos cuidados; ● Avaliar o grau de satisfação dos utentes / famílias 	<ul style="list-style-type: none"> ● Monitorização dos diversos sectores através de avaliação e autoavaliação dos colaboradores e de observação direta; ● Promover ações de sensibilização/formação dos colaboradores e prestadores de cuidados ● Auscultação de opiniões e sugestões dos colaboradores, utentes e famílias 	<p>Equipa de colaboradores do Centro de Dia</p> <p>Utentes</p> <p>Famílias</p>


 Pág. 3 de 7

Objetivos	Atividades	Recursos			Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais	Parcerias		
Retardar a perda de autonomia através do estímulo às capacidades cognitivas e intelectuais fomentando o envelhecimento ativo	Jogos de mesa – Cartas, dominó, damas, loto	Animador, utentes, auxiliares de ação direta, 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 e livros			
Estimular o raciocínio, criatividade, memória, concentração, imaginação e a observação	Ateliê de costura - trabalhos de costura e croché	Animadores, utentes, colaboradores, voluntários	Máquina de costura, material de desgaste		Sala dos Trabalhos Manuais	Diariamente, durante todo o ano
	Desenho e confeção de trajes para festas temáticas				Sala de convívio	A definir
Promover o convívio intergeracional	Contacto intergeracional - realização de diversas atividades promovidas em parceria com a creche da AURPIS, famílias e escolas da comunidade	Animadores, utentes, auxiliares de ação direta, voluntários	A definir	Escolas do concelho Creche da AURPIS	A definir	A definir
	Trabalhos manuais - Construção de objetos 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 a comunicação, a interação, o diálogo e o reviver de experiências passadas e de tradição	Cantinho da leitura – Leitura livre de livros, jornais ou revistas	Animador, utentes, auxiliares de ação direta, voluntários e família	Jornal e revistas generalistas e livros		Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
	Ouvir vários estilos de música e cantar livremente		Equipamento de som, computador, rádio, CD's			
Promover o respeito pelas crenças religiosas	Conversas em grupo sobre experiências e vivências passadas; histórias de vida e contributos que deram à sociedade	Animador, utentes, auxiliares de ação direta, voluntários			A definir	A definir
	Tarde de variedades – Fados, teatro, danças, entre outros					
Desenvolvimento pessoal através da aquisição de competências pessoais e sociais, propiciando novas aprendizagens	Sessão de cinema, teatro e concertos – Visionamento de filmes, peças de teatro, revistas e concertos	Animador, utentes, auxiliares de ação direta, voluntários	Equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet		Refeitório Sala de convívio	Semanalmente, durante todo o ano
	Atividades Religiosas - Reza do terço, Procissões, Missas		A definir	Igreja Seixal		
	Informática – Apoio em questões do conhecimento do utilizador	Animador, utentes, auxiliares de ação direta e voluntários	Computadores, telemóveis, acesso à Internet		Interior e exterior	Diariamente, durante todo o ano
	Fotografia - Sessões fotográficas temáticas e Álbum de atividades digitais, na página da Instituição no Facebook		Computadores, telemóveis, acesso à Internet, adereços	A definir		



Objetivos	Atividades	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 entretajuda	Sessões temáticas sobre questões de saúde, alimentação, prevenção e segurança e datas comemorativas	Enfermeiro, animadores, utentes, colaboradores, voluntários e direção	A definir	PSP, CMS, Centro Saúde Seixal, outros profissionais de saúde	Sala de convívio Refeitório	A definir
	Passelos e atividades Culturais / Excursões	Animador, utentes, auxiliares de acção direta, voluntários e direcção	A definir	A definir	A definir	A definir
Estimular a valorização pessoal e elevar a autoestima	Comemoração de dias festivos/temáticos:					
	Comemoração dos aniversários dos utentes	Animadores, utentes, auxiliares de acção direta, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	Sala de convívio Refeitório	Dias dos aniversários
Desenvolver e/ou manter a capacidade participativa, organizativa e cultural	Dia Internacional do Riso	Dia de Reis				8 de Janeiro
	Dia da Escrita à Mão					23 de Janeiro
	Dia Mundial do Puzzle					29 de Janeiro
	Dia Internacional do Croissant Carnaval					30 de Janeiro
	Dia Mundial da Nutella					Fevereiro
	Dia Mundial da Rádio					4 de Fevereiro
	Dia dos Afetos					13 de Fevereiro
	Dia do Pensamento					14 de Fevereiro
	Dia Internacional da Mulher					22 de Fevereiro
	Aniversário da AURPIS					8 de Março
	Dia do Pai					14 de Março
	Dia Internacional da Felicidade					19 de Março
	Dia Mundial da Árvore / Primavera					20 de Março
	Dia Mundial do Teatro					21 de Março
	Páscoa					27 de Março
	Dia Internacional do Desporto para o Desenvolvimento e a Paz	Animadores, utentes, auxiliares de acção direta, famílias, voluntários e direcção	Material de desgaste, equipamento de som, computador, projector, acesso à Internet	A definir	A definir	4 de Abril
	Dia Mundial da Doença de Parkinson					6 de Abril
Dia Internacional do Café					11 de Abril	
Dia Mundial da Arte					14 de Abril	
Dia Internacional dos Monumentos e Sítios					17 de Abril	
Dia da Liberdade					18 de Abril	
Dia Mundial da Dança					25 de Abril	
Dia da Mãe					29 de Abril	
Dia do Sol					Maio	
					3 de Maio	

Objetivos	Atividades	Recursos		Local de Realização	Calendarização
		Humanos	Materiais		
Desenvolvimento pessoal através da aquisição de competências pessoais e sociais, propiciando novas aprendizagens	Dia Internacional da Família				15 de Maio
	Dia Mundial da Pastelaria				16 de Maio
	Dia da Mundial da Criança				1 de Junho
	Dia Mundial do Ambiente				5 de Junho
	Dia Mundial dos Oceanos				8 de Junho
	Dia de Portugal				10 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
Fomentar o convívio, a motivação, a alegria reforçando o relacionamento interpessoal, o espírito de solidariedade e de ajuda	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			A definir	10 de Setembro
	Dia Mundial Doença de Alzheimer / Outono			A definir	21 de Setembro
	Dia Mundial do Coração				29 de Setembro
	Dia Internacional do Idoso				1 de Outubro
	Dia Mundial do Animal				4 de Outubro
Desenvolver e/ou manter a capacidade participativa, organizativa e cultural	Dia Mundial do Pão				16 de Outubro
	Dia Mundial do Cinema				5 de Novembro
	Dia Europeu da Alimentação e Cozinha Saudáveis				8 de Novembro
	São Martinho				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
	Festa de Natal				Dezembro
	Dia da Bolacha				4 de Dezembro
	Dia Internacional do Chá				15 de Dezembro
Dia de Natal e Ceia de Ano Novo				25 e 31 Dezembro	



Objetivos	Atividades	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 Exercícios individualizados a utentes acamados e funcionais	Animador, auxiliares de acção direta e utentes Fisioterapeuta, auxiliares de acção direta, enfermeiro e utentes	Cadeiras, colchões, bolas, varas, entre outros A definir	----- -----	Jardim, sala de convívio e ginásio A definir	2x semana, durante todo o ano A definir
Promover o bem-estar físico, a saúde e o contacto com a natureza	Caminhadas	Animador, voluntários, auxiliares de acção direta 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 Jogos individuais ou em grupo de estímulo motor e jogos tradicionais	Animador, auxiliares de acção direta, utentes, voluntários e Direcção Animador, auxiliares de acção direta, utentes voluntários e utentes	A definir A definir	CMS	A definir	A definir
Desenvolver a precisão manual e a motricidade fina	Passeios no exterior	Animador, auxiliares de acção direta, voluntários e utentes	Garrafas de água, identificação, chapéus, mantas, cadeiras de rodas	----- A definir	Interior e exterior A definir	Semanalmente, durante todo o ano A definir



