



CBESA

CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

PLANO DE AÇÃO

E

ORÇAMENTO 2020

**“Não existe outra via para a solidariedade humana senão
a procura e o respeito da dignidade individual.”**

(Pierre Nouy)

FICHA TÉCNICA DA INSTITUIÇÃO

Denominação Social: Centro de Bem Estar Social de Alcanena

Natureza Jurídica: Instituição Particular de Solidariedade Social

Sede: Rua de S. Pedro, nº158
Alcanena
2380-184 Alcanena

Contribuinte: 500 745 935

Constituição: 15.06.1912

Data: 15 de Novembro de 2019

Periodicidade: Anual

CORPOS GERENTES

Assembleia Geral

Presidente – Miguel António Garcia Domingos

1º Secretário – Artur Simões Rodrigues

2º Secretário – Vitorina Maria Madeira Henriques Carvalho

Direção

Presidente – Eduardo Marcelino Ramalho Camacho

Vice-Presidente – Celestiano Manuel Mendrico Gameiro

Tesoureiro – Vítor Manuel Pereira Mira

Secretário – Maria da Conceição Silva Azevedo Nunes da Silva

Vogal – José João Rodrigues Oliveira

Vogal – Joaquim Silva Neves

Vogal – Luís Filipe Lopes Fatério

Conselho Fiscal

Presidente – Manuel Mina Frazão

Vogal – Gabriel de Oliveira Feitor

Vogal – Jaime Pereira Barreiros

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	5
PLANO DE AÇÃO DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS E CENTRO DE DIA.....	8
PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM NA COMUNIDADE DA ERPI, CENTRO DE DIA E CASA ABRIGO	11
PLANO DE AÇÃO DO GABINETE DE PSICOLOGIA DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS.....	16
PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL	23
PLANO DE AÇÃO DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD) E PSICOLOGIA	39
CRECHE, JARDIM DE INFÂNCIA E CATL.....	49
PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO DESPORTIVA.....	67
PLANO DE AÇÃO DO HOSPITAL E PSICOLOGIA.....	69
PLANO DE AÇÃO DE FISIOTERAPIA.....	83
PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM DO HOSPITAL.....	91
PLANO DE AÇÃO DA CASA DE ABRIGO PARA MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA	98
PLANO DE AÇÃO DO PATRIMÓNIO.....	105
ORÇAMENTO – ANO 2020	108
ANEXOS.....	110

INTRODUÇÃO

O plano de ação para o ano 2020, do Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA) constitui-se como instrumento orientador da nossa atuação ao longo do ano, o qual contém as linhas e traços gerais que irão guiar as ações e os projetos da Instituição, ações estas que podem vir a ser influenciadas por inúmeros fatores.

Tentamos traçar um plano que vá de encontro à satisfação das necessidades básicas e de realização pessoal e social dos nossos utentes tendo sempre em linha de conta os recursos disponíveis para tal.

Tal como nos anos anteriores, a concretização do mesmo, passa em grande parte, pelo esforço e dedicação de todos os que trabalham nesta Instituição.

A redação final será submetida à aprovação da Direção, ao Conselho Fiscal para análise e emissão do seu parecer, e posteriormente à apresentação e votação da Assembleia Geral perante os sócios.

O plano de ação e orçamento para o ano de 2020 foi elaborado, tendo em consideração que 2020 virá a ser mais um ano de muito trabalho, que será mais um ano de reparações e beneficiações devido aos problemas existentes nos imóveis, pois com o passar dos anos foram-se degradando, assim como, será um ano de continuação da execução de projetos, candidaturas, concursos para obras e começo de execução de obras, a saber:

- Remodelação de coberturas, de portas e janelas exteriores, reabilitação de pavimentos interiores, pinturas interiores e construção e arranjos exteriores na ERPI, com uma candidatura aprovada no Portugal 2020, em fase de concurso público, estando programado a conclusão deste investimento no segundo semestre de 2022, aprovada com o valor de investimento total de 887.704,95€, com a taxa de comparticipação de 85%, sendo a comparticipação FEDER de 670.990,17€. Em fase de concurso público.

- Encontra-se aberto o aviso nº Centro-03-2019-17, Equipamentos (IPSS) – Apoio à Eficiência Energética, à gestão Inteligente da energia e à utilização das energias renováveis no domínio da sustentabilidade e eficiência dos recursos, a que se

pretende candidatar o Centro Educativo (Creche, Jardim de Infância e CATL). Esta candidatura ainda está em fase de projeto e orçamento, pelo que os elementos que se divulga podem ser alvo de ajustes, pretende-se com a intervenção executar a remodelação das coberturas, a reconversão de janelas e portas exteriores e a instalação de equipamentos solares fotovoltaicos para autoconsumo. O investimento rondará os 290 mil euros. Os valores máximos não reembolsáveis poderão chegar a 50 % dos custos. Em fase de execução da candidatura.

- U.C.C.I.-UNIDADE DE CUIDADOS CONTINUADOS INTEGRADOS - tendo em consideração a falta de unidades de cuidados de saúde com as características indicadas e sabendo que o espaço da Unidade de Saúde (Hospital) teria que ter reconversão a prazo, o CBESA desde 2012 começou junto da ARSLVT um processo de negociações, de modo a poder ser implementada uma U.C.C.I. em Alcanena, depois de várias reuniões no dia 28 de Novembro de 2017 viu a sua pretensão aprovada pela R.N.C.C.I – Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados para a criação da Unidade para 32 camas sendo 16 para a tipologia de Convalescença e 16 para Longa Duração e Manutenção, o CBESA resolveu construir uma Unidade nova com a capacidade de 40 camas, começando nessa data a elaborar os respetivos projetos, encontrando-se à data à espera da aprovação dos projetos de especialidade, para se fazer o respetivo concurso público, estando previsto a conclusão e funcionamento deste projeto durante o ano de 2022. Este projeto será muito importante para o concelho de Alcanena, para a região e para o país, tendo em consideração que este projeto contribuirá para a criação de 19 postos de trabalho de quadros superiores e 13 funcionários de diversas categorias profissionais.

Neste contexto, o CBESA assume a sua importância enquanto Instituição de economia social, reforçando o seu papel de interventor social, através da manutenção de uma forte dinâmica nos domínios da educação, saúde, solidariedade social, formação e voluntariado.

Vamos continuar a ter como objetivos:

- **Proporcionar aos nossos utentes as melhores condições possíveis, porque são eles em todas as respostas sociais, a razão maior, e mesmo única, da existência da Instituição;**



- **Manter os postos de trabalho existentes;**
- **Equilibrar económica e financeiramente a Instituição;**
- **Para o ano de 2020, vamos tentar implementar mais um objetivo “Todos somos CBESA”.**

O ano de 2020 deverá ser um ano de consolidação do trabalho desenvolvido nos últimos anos, continuando a preparar projetos para a Instituição se candidatar aos quadros comunitários e candidaturas nacionais, privadas e públicas que venham a acontecer e assim tentar solucionar as nossas necessidades, melhorando e atualizando conhecimentos e espaços físicos.

PLANO DE AÇÃO DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS E CENTRO DE DIA

Introdução

O progressivo envelhecimento demográfico, decorrente do desenvolvimento socioeconómico, da ciência, de tecnologia e da baixa natalidade, é um fenómeno marcante da sociedade moderna. Sendo um fenómeno biopsicossocial, o aumento da longevidade, nem sempre corresponde a um nível de bem-estar ou a um grau de autonomia que possibilite aos mais velhos uma vida de acordo com as suas necessidades e expectativas. Há, portanto, que promover um envelhecimento saudável e ativo a todos os idosos, otimizando as suas condições de saúde, participação e segurança.

Contudo, nem todos os idosos encontram essa resposta no seu meio familiar, sendo necessário o empenho e competência de respostas sociais para que a dimensão física, psíquica, intelectual, espiritual, emocional, cultural e social da vida de cada indivíduo possam ser desenvolvidas sem limitações dos seus direitos fundamentais à identidade e à autonomia.

As estruturas residenciais devem, então, surgir num contexto humanizado e personalizado, que tenham em conta as efetivas necessidades de cada utente, agindo de acordo com os seus direitos e interesses. Nestas estruturas deve-se valorizar a ativação e a estimulação dos indivíduos através da promoção da saúde e prevenção das incapacidades, otimização das funções cognitivas, promoção do desenvolvimento afetivo e fomento da participação social.

Estrutura Residencial para Idosos (ERPI)

O envelhecimento da população é um fenómeno de amplitude mundial, a OMS (Organização Mundial de Saúde) prevê que em 2025 existam 1,2 biliões de pessoas com mais de 60 anos, sendo que os muito idosos (com 80 e mais anos) constituam o grupo etário de maior crescimento.

Portugal não é exceção a este panorama. De acordo com os dados mais recentes do INE (Instituto Nacional de Estatística) entre 1960 e 1998, o envelhecimento da população portuguesa traduziu-se num decréscimo de 35,1% da população mais

jovem (entre os 0 e 14 anos) e um incremento de 114,4% da população idosa (65+ anos).

Tal como se verifica na generalidade dos países a população idosa tem, também, em Portugal uma percentagem superior de mulheres. As estimativas de 1998 do INE indicavam que a população com 65 anos ou mais, 59,1% eram mulheres. Paralelamente, a esperança de vida do sexo feminino é superior, verificando-se que as mulheres com 65 anos vivem em média mais 3 anos e meio que os homens.

O progressivo envelhecimento demográfico decorre da redução do número de nascimentos e do desenvolvimento socioeconómico, da ciência e da tecnologia, é um fenómeno marcante da sociedade moderna que passou de uma dimensão meramente pessoal, para uma dimensão social.

Envelhecer com saúde, autonomia e independência, o mais tempo possível, constitui assim, hoje em dia, um desafio à responsabilidade individual e coletiva, com tradução significativa no desenvolvimento económico dos países.

Porém, nem todos os idosos encontram resposta ao direito a uma existência condigna, independente e participativa na vida social e cultural. Nem todos encontram essa resposta no seu meio natural de vida – família e vizinhança – tornando-se necessárias **respostas sociais** para que a dimensão física, psíquica, intelectual, espiritual, emocional, cultural e social da vida de cada indivíduo possa ser desenvolvida sem limitações dos seus direitos fundamentais à identidade e a autonomia.

Para o ano de 2020, para a resposta social ERPI e Centro de Dia, propomo-nos prosseguir na promoção da qualidade de vida e autonomia dos nossos utentes:

- Promover o envelhecimento ativo e integrado dos idosos, prevenindo e retardando as dificuldades características desta faixa etária, bem como explorando e incentivando as potencialidades através da estimulação cognitiva e mental, estimulação motora e física, estimulação cultural, social e de cidadania participativa e assim, desenvolver o bem-estar biopsicossocial do idoso.
- Otimizar as competências pessoais e profissionais dos colaboradores através de formação que conduza a uma maior humanização e diferenciação de cuidados.

- Muito importante ainda, que no próximo ano seja dada, à equipa técnica multidisciplinar, possibilidade de formação nas áreas de PI's (planos individuais) e PIC's (planos individuais de cuidados), de forma a poder-se monitorizar os nossos utentes atendendo a sua dimensão holística, tarefa que se nos torna muito difícil dado o número elevado de utente e a nossa falta de conhecimentos para tratar adequadamente este ponto fundamental do nosso trabalho quotidiano.
- O plano de formação proposto para o sector das Ajudantes de Ação Direta é o mesmo do ano 2019, concretamente:
 - Trabalho em equipa;
 - Demência e doença de Alzheimer
 - Luto e Morte;
 - A pessoa em fase terminal;
 - Comunicação com a pessoa Idosa.

Diretora Técnica

Técnica Superior de Serviço Social - Dr.ª Adelina Ferreira

PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM NA COMUNIDADE DA ERPI, CENTRO DE DIA E CASA ABRIGO

Os Enfermeiros são os pilares das ERPI, exercendo várias funções que vão desde a prestação de cuidados de excelência à formação das equipas; à organização, gestão, articulação, apoio e acompanhamento dos utentes e familiares, sempre com uma atitude proactiva na desmistificação do processo de envelhecimento.

Na maioria das vezes a permanência de um utente numa ERPI termina com a morte. Nesta situação o papel do enfermeiro consiste em acompanhar os que partem e ajudar os que ficam utilizando as suas competências no processo do luto.

Em toda a ação e prestação direta dos cuidados à pessoa idosa e/ou com limitação física e psíquica/neurológica, impera uma monitorização refletida do risco de quedas e da prevalência do número de úlceras de pressão. Todo este controlo e supervisão permitirão uma intervenção precoce, diminuindo a agudização das patologias, o número de incidências com idas à urgência hospitalar/ internamentos hospitalares o que se traduzirá em ganhos efetivos para todos (SNS, ERPI, idosos e famílias).

Examinaremos todas as necessidades específicas de intervir e investir na formação interna das nossas funcionárias relativamente à prestação de cuidados, nomeadamente ao nível dos sinais vitais (tensão arterial, temperatura, frequência cardíaca, saturação de O₂, respiração, dor e glicémia), na prevenção de quedas, hábitos de higiene, hábitos alimentares, mobilidade/qualidade de vida e formas de tratamento. Este parâmetro tem assumido extrema relevância ao longo dos últimos anos e prevemos que assim continue a ser nos anos seguintes tal é a rotatividade que existe nas funcionárias de ação direta.

A equipa de Enfermagem no decorrer do próximo ano estará empenhada em realizar e implementar definitivamente a aplicação do PIC (Plano de Cuidados Individuais), iniciado ao longo do ano de 2019. No PIC, constam todas as atividades de vida diária dos utentes, entre elas: higiene, alimentação, medicação, entre outras. Este documento organizará de forma prática toda a informação diária relativa ao utente, bem como quem esteve em contacto direto com o mesmo, com o objetivo primordial de elencar o máximo de parâmetros que todo o PIC pode fornecer, e

assumindo alguma falta de formação/preparação para a implementação, foi proposto à Diretora Geral a necessidade de desenvolver uma formação sobre PIC no decorrer do ano de 2020.

Projetámos a realização de reuniões periódicas trimestrais com as ajudantes de ação direta, de forma a perceber quais as necessidades expressas e sentidas dos nossos utentes. Reuniões mensais com a equipa técnica e multidisciplinar para avaliação do *Plano de Desenvolvimento Individual* de cada utente.

Em suma, os propostos enunciados anteriormente são as bases para todo o desenvolvimento da ação de Enfermagem para o ano de 2020. Contudo, iremos focar o nosso trabalho em vários objetivos específicos que seguidamente se vão descrever.

Objetivos:

1. Prestar cuidados para a promoção da saúde e prevenir o estado de doença:

A nossa atuação perante este objetivo irá focar-se principalmente na deteção precoce dos problemas de saúde e controlo da evolução dos problemas existentes; estabelecimento de uma relação de ajuda com o utente; melhoria da qualidade de vida dos utentes; prevenção das agudizações e idas às urgências hospitalares; prevenção de feridas; promoção da adaptação aos processos de vida; promoção da intervenção da equipa multidisciplinar; promoção da recuperação do estado de saúde dos utentes; promoção da autonomia; promoção de hábitos de vida saudáveis; acompanhamento personalizado a cada utente; atualização e acompanhamento do plano de cuidados de cada utente; avaliação de sinais vitais; encaminhamento e orientação para os recursos adequado; esclarecimento de dúvidas; execução de procedimentos técnicos de Enfermagem (ex.: tratamento de feridas); observação física e psicossocial do utente; sinalização de situações a outros membros da equipa e familiares; vigilância da integridade cutânea do utente; vigilância do estado geral do utente.

2. **Melhorar o processo de acolhimento inicial:** Detetar aspetos importantes com interferência na prestação de cuidados; detetar precocemente problemas de saúde; personalizar cuidados minimizando o impacto da institucionalização; promover a integração; executar a avaliação inicial recorrendo à observação física e psicossocial do utente; Preencher o processo clínico do utente e avaliar as necessidades.
3. **Promover envolvimento familiar:** Disponibilizar espaços adequados para a promoção do diálogo entre utentes e familiares; entrevistar a família e utente na admissão, promovendo a integração familiar na tomada de decisão; promover o diálogo ao longo do internamento; promover o envolvimento familiar no acompanhamento ao utente; realizar a integração do utente e família ao serviço; respeitar a cultura e religião do utente/família; adequar estratégias de discurso ao estado do utente; discutir e decidir sobre situações específicas de cada utente; esclarecer dúvidas aos utentes e familiares; promover um ambiente tranquilo para entrevista com o utente e/ou cuidador; promover o acompanhamento da família ao utente nas consultas externas; utilizar comunicação empática; utilizar estratégias facilitadoras de comunicação quando o utente é afásico ou disártrico.
4. **Prevenir úlceras de pressão:** Garantir a funcionalidade e adequação dos equipamentos; garantir o levante diário do utente, sempre que o estado clínico o permita; minimizar o tempo de permanência do utente no leito; posicionar o utente de acordo com as suas necessidades, promovendo a alternância de decúbitos de acordo com rotinas de serviço e fundamentalmente com a necessidade do utente; aplicação de material anti-escara e de medidas de prevenção de úlceras de pressão; avaliação e registo de úlceras de pressão recorrendo à Escala de Braden.
5. **Prevenir quedas dos utentes:** Monitorizar a ocorrência de quedas; avaliar o risco de queda do utente; sinalizar os utentes com maior risco de queda;

supervisionar os períodos de deambulação; aplicar medidas de prevenção de quedas; utilizar dispositivos auxiliares de marcha adequados ao estado clínico de cada utente; utilizar a Escala de Morse.

6. **Evitar erros durante a assistência medicamentosa:** Adequar a requisição de stock de material e medicação às necessidades do serviço/utente; assegurar as adequadas condições de acondicionamento da medicação; garantir uma correta administração da medicação e cumprimento da prescrição; monitorizar os prazos de validade de material e medicação; vigiar o estado de conservação e funcionamento de todo o material; gerir/repor o stock de medicamento dos utentes; monitorizar a terapêutica; preparar/administrar a medicação; verificar as embalagens e rótulos; monitorizar e registar em local próprio todo e qualquer erro cometido na preparação/administração da terapêutica.
7. **Melhorar os cuidados prestados nos primeiros socorros:** Manter as funções vitais; proteger a vítima; realizar acompanhamento personalizado a cada utente após a urgência; detetar perigos reais e potenciais; proceder ao encaminhamento para o serviço de urgência.
8. **Prevenir a gripe e ou outras doenças infectocontagiosas:** Proceder à vacinação dos utentes; diminuir a mortalidade e morbilidade; diminuir o contágio de algumas doenças; promover os ensinamentos inerentes à vacinação; realizar o registo da vacinação dos utentes.
9. **Manter e promover atualização do registo das AVD's usando o sistema de registos Softgold:** Continuar a fazer uso diário dos terminais de forma precisa, tentando proporcionar um maior e mais fácil acesso a todos os registos realizados pela equipa multidisciplinar.

10. Continuar a pesquisar e adquirir tratamentos vanguardistas de feridas:

Procurar insistentemente o equilíbrio económico na relação custo/benefício de todo o tipo de tratamentos; Continuar a renovar os equipamentos/mobiliário de apoio à prática clínica de acordo com as necessidades prementes ao longo do ano.

Enunciados os objetivos específicos para o decorrer do próximo ano, posto está que a Equipa de Enfermagem do CBESA está empenhada em manter e melhorar toda a colaboração com a resposta social Casa Abrigo, em situações de emergência ou de real necessidade de cuidados de Enfermagem. Comunicar ao Dr. João Grilate toda e qualquer alteração das utentes da Casa Abrigo sempre que se verifique essa necessidade.

Como conclusão deste plano de ação para o próximo ano de 2020, verificámos que a Enfermagem assume papel basilar em toda e qualquer estrutura ERPI e suas semelhantes, mantendo toda uma dinâmica na prevenção das afeções características do nosso grupo populacional, explorando e incentivando as suas potencialidades, de forma a promover o seu bem-estar social e psicológico.

A nossa atuação visa sempre uma abordagem holística do utente de forma a proporcionar cuidados diferenciados em contextos distintos.

Enfermeiro Óscar Lopes

Enfermeira Vanessa Jorge

PLANO DE AÇÃO DO GABINETE DE PSICOLOGIA DA RESIDÊNCIA PARA IDOSOS

“Falar é uma necessidade, escutar é uma arte.”

Goethe

Propõe-se que as principais atividades a desenvolver pelo Gabinete de Psicologia, em 2020, sejam: Intervenção Psicológica; Avaliação Psicológica; Interação Social; Dinâmicas de Grupo; Atendimentos Individuais; Estimulação Cognitiva; Elaboração dos Planos Individuais; Elaboração de Placard e Atendimentos Familiares.

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA

Envelhecer é um processo dinâmico, individual e extremamente complexo. Envelhecer implica uma série de perdas que, variando de indivíduo para indivíduo, podem englobar: redução da capacidade financeira, perda de autonomia por diminuição das capacidades físicas e mentais, carências afetivas, isolamento social, perda da sua residência e dos seus pertences, ausência de apoio familiar e consequente sentimento de abandono.

Também variando de indivíduo para indivíduo, as necessidades de intervenção psicológica são de diversa ordem: sintomatologia depressiva; processos demenciais; baixa autoestima; dificuldades de adaptação; conflitos; isolamento; viuvez; surgimento de problemas de saúde, etc. Não posso deixar de destacar a Depressão, uma patologia tão presente nos idosos (e que se deve ter o cuidado de não confundir com um quadro inicial de demência), e que exerce um forte e destrutivo impacto no indivíduo, comprometendo-o a nível biológico, psicológico e social.

Nas sessões individuais de intervenção psicológica, é possível identificar sintomas depressivos e ansiosos, trabalhar questões emocionais, tentar a adoção de estratégias que permitam alterações de pensamento, atitudes e comportamentos. Em suma, pretende-se, nestas sessões, identificar meios e estratégias para assegurar a qualidade de vida do utente.

O Gabinete de Psicologia, compreendendo a importância crucial de um bom relacionamento entre o utente e a psicóloga, para o sucesso da intervenção psicológica, tem a preocupação de investir na cumplicidade, na empatia, no afeto, na confiança, na disponibilidade e, claro, na escuta ativa.

A Estrutura Residencial conta com um número considerável de utentes, pelo que, além dos casos identificados pela psicóloga, existem situações que são identificadas e encaminhadas para o Gabinete de Psicologia através da equipa multidisciplinar. No que respeita a abordagem ao utente, é indiscutível a riqueza do olhar dos diversos profissionais, sendo certo que usufruirá dos diversos conhecimentos.

AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

A entrevista é habitualmente o primeiro momento da avaliação psicológica a fim de se recolher informação sobre a história de vida do utente. Em traços gerais, para um conhecimento multidimensional do utente, as informações recolhidas por este Gabinete são: Dados de Identificação; Elaboração do Genograma; História Clínica; História Familiar e História Social.

A aplicação de Testes de Avaliação Psicológica também faz parte da Avaliação Psicológica – testes que permitirão avaliar a atenção, a memória, a cognição, a linguagem, a funcionalidade e o estado emocional. Os testes só são aplicados aos utentes, passado o período inicial de adaptação, uma vez que o mesmo poderá deturpar os resultados e, consequentemente, interferir na respetiva interpretação, bem como na fiabilidade dos resultados.

Fruto da entrevista, da observação e da avaliação, consegue-se um conhecimento mais profundo e pormenorizado do utente, o que beneficiará a equipa, que contará com uns quantos conhecimentos acrescidos, que serão úteis para o trabalho com o utente, no dia-a-dia na Instituição, procurando-se o mais possível assegurar a sua qualidade de vida.

Os testes vão sendo aplicados mais vezes aos utentes que permanecem na Instituição por significativos períodos de tempo. Por vezes, alterações verificadas no comportamento, nas reações e na interação com o utente, exigem uma nova aplicação

de testes, a fim de se apurar, por exemplo, declínio cognitivo, podendo-se assim encaminhar o utente para uma consulta de especialidade, nomeadamente de Neurologia, clarificar as mudanças, esclarecer as famílias...

INTERAÇÃO SOCIAL

A interação social poderá acontecer em qualquer espaço da Residência para Idosos: corredores, quartos, salas, jardim, entre outros.

Tal como disse anteriormente, a relação entre psicóloga e utente constitui-se muito importante para o sucesso da intervenção, pelo que o utente deverá sentir que é alvo de atenção e disponibilidade, em qualquer altura.

Estes momentos, além de cruciais para a construção da relação entre técnica e utente, também permitem a recolha de informação a respeito do estado emocional do idoso. Exemplo de uma situação: Cumprimenta-se o utente, debruçando-nos para ele, atentamente, e perguntando: “- Como está?”. O utente tem a oportunidade de partilhar preocupações, problemas e necessidades, que de outra forma não teria a oportunidade de revelar, indo fazê-lo, mais tarde, já com a necessidade de intervenção psicológica, sendo chamado ao Gabinete por apresentar um conjunto de sintomas desenvolvidos, nomeadamente ansiedade, tristeza, etc.

A interação social permite, desta forma, chegar a um maior número de utentes, até porque nem todos necessitam de intervenção psicológica.

DINÂMICAS DE GRUPO

Os temas que se pode abordar com os utentes são diversos e infindáveis: O amor do casal; O namoro; O amor pelos filhos; As perdas; A Amizade; A realização profissional; As desilusões; A Liberdade, entre outros.

A partilha das emoções, das suas vivências, dos seus sentimentos e frustrações, permite a promoção da empatia, desencadeando a interajuda.

Para funcionarem bem, estes grupos deverão ser constituídos com poucos elementos, criteriosamente escolhidos, e os temas sugeridos deverão ir ao encontro das necessidades e experiências dos idosos.

ATENDIMENTOS INDIVIDUAIS

É com alguma frequência que os utentes se dirigem ao Gabinete de Psicologia, procurando ajuda e aconselhamento para resolverem questões do seu dia-a-dia. Por vezes precisam apenas de conselhos, outras vezes necessitam de ajuda em questões muito práticas, ou de auxílio na resolução de determinadas situações. Estes momentos são designados Atendimentos Individuais, e acontecerão sempre que necessitem, pois o que se pretende é a satisfação do utente a todos os níveis.

ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

Várias investigações têm revelado que a estimulação cognitiva promove uma melhoria significativa nas competências cognitivas, na qualidade de vida e nas habilidades funcionais dos idosos.

As sessões de estimulação cognitiva visarão essencialmente a promoção da concentração, da memória, da atenção e do vocabulário.

Os exercícios consistem em exercícios de escrita e de cálculo, palavras cruzadas, recorte e colagem, pintura, labirintos, sopas de letras, sequências, identificação de diferenças, grafismos, entre outros.

Haverá sempre a preocupação simultânea de atribuir exercícios de acordo com os gostos e as capacidades de cada utente alvo desta estimulação.

ATENDIMENTO FAMILIAR

A tarefa de institucionalizar um familiar pode ser extremamente dolorosa. Por um lado, o grande afeto e a vontade de cuidar daquela pessoa, por outro, a incapacidade de fazê-lo, pois por muito boa vontade que possa ter, pode não conseguir prestar o tipo de cuidados que o idoso necessita. Podem existir razões de ordem física, prática ou financeira, que impeçam que cuide do idoso, com todos os possíveis e consequentes sentimentos de culpa.

Existem familiares a recorrer ao Gabinete de Psicologia, procurando ajuda para a conformação com a institucionalização, procurando contribuições para o bem-estar de determinado utente, procurando a confirmação de agravamento da demência do seu familiar, etc.

Não só beneficia o familiar, ao poder diminuir receios e ver dúvidas esclarecidas, como o próprio utente, que sente que família e instituição desejam trabalhar em conjunto, em prol da sua qualidade de vida. Também o Gabinete de Psicologia beneficia com esta relação, pois as famílias são fonte preciosa de informação acerca do utente, além de que existem situações em que a intervenção familiar é crucial para o processo terapêutico, pois é uma unidade de vital e duradoura importância para o indivíduo.

A Residência beneficia com a satisfação do familiar que, embora secundário, não deixa de se poder considerar um cliente, e qualquer empresa deseja a satisfação dos seus clientes.

Em caso de conflitos entre a família e o idoso, o Gabinete de Psicologia apenas intervirá se for essa a vontade do utente. Na verdade, os conflitos com a família têm repercussões altamente negativas no utente, pelo que a intervenção pode ser vantajosa, desde que nunca negligenciando a vontade do idoso.

ELABORAÇÃO DOS PLANOS INDIVIDUAIS

Muito sumariamente, os Planos Individuais consistem numa série de objetivos e estratégias, de forma a garantir-se a melhor qualidade de vida do utente.

Reconheço que se possam revestir de grande importância, sendo que promovem uma reflexão individual, específica e aprofundada de cada idoso – apurando-se necessidades e formas de intervenção.

Tendo feito, há uns anos, uma formação sobre esta temática, mas não tendo sido minimamente esclarecedora, o que objetivo para 2020 é a continuação do preenchimento dos Planos Individuais, da melhor maneira que eu souber, mas aguardar que a Instituição me facilite formação nesta área, a fim de aperfeiçoar conhecimentos.

PLACARD

O Gabinete de Psicologia dispõe de um placard junto ao gabinete da Diretora Técnica, no qual disponibiliza informação relevante para familiares e funcionários da Residência. Esta informação é trabalhada de forma a adequar-se à população-alvo.

As necessidades do idoso, a comunicação estabelecida, particularidades do comportamento de utentes com demência, características das demências, em suma, informações que facilitem a relação do colaborador com o utente, e do familiar com o idoso, continuarão a constituir os principais temas.

GRUPOS DE DIÁLOGO E PARTILHA COM AS AJUDANTES DE AÇÃO DIRETA

As ajudantes são quem presta a maioria dos serviços aos nossos idosos – uma população numerosa, com patologias associadas e grau de dependência elevado.

Trata-se de um trabalho muito exigente, que requer significativo esforço físico e capacidades técnicas para mobilizar, posicionar, etc., mas que também é exigente ao nível das emoções, das capacidades cognitivas e do psíquico, uma vez que também requer competências humanas, nomeadamente sensibilidade, respeito, empatia, disponibilidade, afeto, paciência, tolerância, a fim de se assegurar o respeito pelos direitos dos idosos e pelo seu bem-estar.

Atendendo à exigência deste trabalho, o principal objetivo destes grupos de diálogo e partilha será disponibilizar às colaboradoras um tempo e um espaço de enriquecimento teórico e emocional, tendo sempre em vista a promoção da qualidade de vida dos utentes. De entre os objetivos estabelecidos para estes grupos, destaco:

- Disponibilizar informação técnica relevante, abordando temas como a comunicação eficaz, a demência, a depressão no idoso, entre outros;
- Discutir ideias, críticas e sugestões, pois a partilha entre colaboradores garante um trabalho de melhor qualidade;
- Contribuir para a realização profissional das AAD, pois quanto melhor fizerem o trabalho, mais realizadas se sentirão, e quanto mais realizadas se sentirem, melhor será o trabalho que farão;

- Tomar conhecimento das dificuldades das AAD para que os técnicos as possam ajudar;
- Partilhar as dificuldades dos técnicos para que as AAD os possam auxiliar;
- Melhorar as práticas na Residência em geral.

CONCLUSÃO

Na Residência para Idosos do CBESA, o trabalho é realizado com pessoas, por pessoas e para pessoas. Como colaboradora, estou em contínua aprendizagem com a prática na Instituição, e com as formações que vou fazendo. Os utentes vão chegando e partindo, além de que cada indivíduo não é estanque, modificando-se a vários níveis no decorrer da sua estadia na nossa Residência.

Assim sendo, também o meu trabalho se vai modificando, consoante os conhecimentos adquiridos, e de acordo com as mudanças da nossa população-alvo, pelo que salvaguardo sempre a monitorização constante do que é planeado, pois mais importante que cumprir rigidamente aquilo que possa propor, será adequar o meu trabalho à realidade e atender as reais necessidades dos nossos utentes.

É importante salientar que o trabalho desenvolvido pelo Gabinete de Psicologia, apesar de ser muito direcionado para o indivíduo, deverá poder contribuir para a organização da Residência. Para tal, é imprescindível que o Gabinete de Psicologia trabalhe em equipa com a Diretora Técnica, o Gabinete de Enfermagem, a Animadora, a Educadora Social e todas as auxiliares, pois só em conjunto se poderá efetivamente criar um ambiente adaptado às necessidades de cada utente, um ambiente de qualidade que o faça sentir-se autónomo, seguro, e valorizado.

Em suma, considera-se que quaisquer que sejam as atividades dinamizadas, o objetivo principal é conceder ao idoso a qualidade de vida que merece, apostando-se para tal numa relação de disponibilidade e afeto.

Técnica Superior de Psicologia Clínica

Dr.ª Sofia Gomes

PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

“Eles não sabem, nem sonham, que o sonho comanda a vida, que sempre que um homem sonha o mundo pula e avança como bola colorida entre as mãos de uma criança.” – António Gedeão.

1. Introdução

O Plano de Ação Anual é uma ferramenta de orientação de um programa que será o guia das atividades e dos projetos da resposta social ERPI e Centro de Dia. Este plano baseia-se no princípio de que a animação é um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa, valorizando as competências, saberes e culturas dos mesmos. No entanto, é importante conhecer os idosos, as suas características pessoais, capacidades, dificuldades e gostos.

Numa primeira fase, as atividades de animação serão de adaptação ao espaço e a dinamização das mesmas, e numa segunda fase serão criadas Oficinas de Atividades Socioculturais, Projetos Intergeracionais e Passeios.

A realização deste plano passa, em grande parte, pelo esforço e pela vontade de todos que trabalham nesta resposta social, ERPI e Centro de Dia do CBESA.

É neste sentido que a Animadora e a Educadora Social elaboram o quadro de atividades anual e consequentemente, o Plano de Atividades Sócio - Culturais e Desenvolvimento Social semanal. As atividades visam: proporcionar o relacionamento interpessoal a valorização da pessoa idosa; colmatar a solidão; o desenvolvimento da motricidade fina; a precisão manual e da coordenação psicomotora; contrariar os défices de memória; estimular a mobilidade; providenciar o contacto com a comunidade; despertar a criatividade; entre outros benefícios para os utentes, são também objetivos da intervenção da Animação Sócio-Cultural na ERPI e Centro de Dia do CBESA.

A execução das atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar a seu desenvolvimento normal. Assim sendo, ao longo do ano, poderão ser adotadas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas

atividades provenientes das parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais como informais.

Neste sentido, é nosso objetivo continuar em 2020 com esta missão, mantendo e aperfeiçoando os serviços prestados aos utentes, desenvolvendo novas iniciativas, implementando, desta forma, uma política de bem estar-social.

O verdadeiro desafio que se coloca a toda a sociedade consiste em saber conciliar o aumento da longevidade dos idosos com a manutenção da sua qualidade de vida.

2. Plano de Ação 2020

2.1. Referências e Descrição

Programa

- Programa Sociocultural.

Objetivos

- Dinamizar a ERPI e Centro de Dia do CEBSA, proporcionando aos utentes um espaço de convivência, de comunicação permitindo o desenvolvimento de relações interpessoais, da criatividade e do sentido crítico.

Descrição do Plano

Este plano pretende promover atividades diversificadas, que podem ser divididas em: Atividades Regulares e Atividades Específicas.

Atividades Regulares:

- Atividade Psicomotora;
- Caminhadas;
- Jogos de interior ou exterior;
- Conversar;
- Karaoke;
- Alfabetização;



- Leitura e comentário de jornais e revistas;
- Pequena ajuda nas tarefas da Instituição;
- Desenvolvimento de várias Oficinas;
- Atividades Culturais passeios e intercâmbios;
- Atividades intergeracionais (dias comemorativos: Dia de S. Martinho; Natal; Dia dos Avós; Dia da Família, entre outros);
- Atividades de carácter religioso;
- Divulgação de eventos e atividades por nós desenvolvidas, na rede social, *Facebook* do CBESA;
- Visionamento de filmes e/ou fotografias;
- Atividades musicais.

Atividades Específicas:

- Cinema;
- Comemoração de Dias Festivos (Aniversários dos utentes; Carnaval; Dia Internacional da Mulher; Chegada da Primavera; Dia Mundial do Teatro, Dia Internacional dos Parques Naturais, Dia Mundial da Dança, Dia do Idoso, entre outros);
- Exposição e venda de trabalhos, elaborados pelos utentes;
- Piqueniques;
- Passeio a Fátima;
- Sessões temáticas (temas do interesse dos utentes);
- Natal.

2.2. Objetivos

Público-alvo

- Utesntes das respostas sociais: ERPI; Centro Educativo; Centro de Dia; Apoio Domiciliário; Hospital; Casa Abrigo.

Resultados Previstos

- Dinamização de um espaço de interesse comum;

- Realização de atividades de motricidade fina e cooperação;
- Estimulação da aprendizagem ao longo da vida;
- Fomentação das relações interpessoais;
- Reforçar a importância dos laços familiares.

Intervenientes

➤ Solicitar a entidades específicas o apoio nas atividades a desenvolver, como: Câmara Municipal de Alcanena, Junta de União de Freguesias Vila Moreira e Alcanena, Paróquia de Minde, entre outras;

➤ Utentes, Diretora Técnica, Animadora Sociocultural, Educadora Social, Psicóloga, Equipa de Enfermagem, Diretora Geral, Direção e colaboradores/as que mencionem e sugiram atividades que gostariam de realizar/desenvolver.

2.3. Previsões quanto ao contexto interno e externo

➤ **Estrutura** – este plano será coordenado pela Animadora Sociocultural e Educadora Social, que se encarregaram de dinamizar as respostas sociais ERPI e Centro de Dia, através da organização e gestão das diversas atividades, espaços, materiais e equipamentos necessários às mesmas;

➤ **Comunicação** – dever-se-á realizar reuniões entre a equipa multidisciplinar de modo a informar assuntos, que sejam pertinentes para uma melhor execução das atividades.

Organização externa

- Contactos com Instituições, Associações, entre outras.

Promoção / Divulgação

- Divulgação, através da rede social;
- Exposição dos trabalhos realizados, na Instituição ou em local público a combinar.

3. Participação dos utilizadores

➤ Este plano pretende estimular a autonomia, bem-estar, boa disposição, o relacionamento/comunicação com os outros, a partir da dinamização de díspares atividades, tornando mais agradável a sua permanência, e mais motivadores os seus tempos livres e de ócio.

➤ Vamos abordar os utentes de modo a conhecer os seus gostos e desejos, para melhor os servir e satisfazer, promovendo desta forma a participação ativa, quer no desenvolvimento do presente Plano de Ação, quer na dinamização da própria Instituição.

Para um cumprimento mais eficaz destes objetivos é necessário conhecer a história de vida de cada um, as diversas características pessoais do utente, quer a nível emocional, quer a nível das capacidades psicológicas e físicas, e também as suas preferências, de modo a haver uma adaptação das atividades às necessidades de cada um, e assim obter melhor eficácia.

4. Datas Comemorativas

De seguida apresenta-se as datas comemorativas mensalmente:

Atividades da ERPI e Centro de Dia

Janeiro

1 (Qua)	Dia de Ano-Novo (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
6 (Seg)	Dia de Reis (Atividades da ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)
11 (Sáb)	Dia Internacional do Obrigado (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
18 (Sáb)	Dia Internacional do Riso (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
29 (Qua)	Dia Mundial do Puzzle (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Fevereiro

05 (Qua)	Sopa da Pedra (Atividades da ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)
14 (Sex)	Dia dos Namorados (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
25 (Ter)	Carnaval (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Março

8 (Dom)	Dia Internacional da Mulher (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
---------	--

- 20 (Sex) Dia Internacional da Felicidade (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 20 (Sex) Chegada da Primavera (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 21 (Sáb) Dia Mundial da Árvore (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 27 (Sex) Dia Mundial do Teatro (Ativ. da ERPI e Centro Dia, com maior relevância)

Abril

- 6 (Seg) Dia Mundial da Ativ.Física (Ativ. ERPI e Centro Dia, com maior relevância)
- 07 (Ter) Dia Mundial da Saúde (Ativ. ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)
- 10 (Sex) Sexta-Feira Santa (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 12 (Dom) Páscoa (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 25 (Sáb) Dia da Liberdade (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 29 (Qua) Dia Mundial da Dança (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Maio

- 1 (Sex) Dia do Trabalhador (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 13 (Qua) Dia da Nossa Senhora de Fátima (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 15 (Sex) Dia Internacional das Famílias (Atividades da ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)
- 18 (Seg) Dia Internacional dos Museus (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Junho

- 05 (Sex) Dia Mundial do Ambiente (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 10 (Qua) Dia de Portugal (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 18 (Qui) Dia Internacional do Piquenique (Atividades da ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)
- 20 (Sáb) Chegada do Verão (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 24 (Qua) Ida à Praia (Atividades da ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)

Julho

- 26 (Dom) Dia Mundial dos Avós (Ativ. ERPI e Centro de Dia, com maior relevância)

Agosto

- 19 (Qua) Dia Mundial da Fotografia (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Setembro

- 21 (Seg) Dia Mundial da Doença de Alzheimer (Atividades ERPI e Centro de Dia)
- 22 (Ter) Chegada do Outono (Atividades da ERPI e Centro de Dia)
- 25 (Sex) Dia Mundial do Sonho (Atividades da ERPI e Centro de Dia)

Outubro

- | | |
|----------|--|
| 1 (Qui) | Dia Mundial da Música e Dia do Idoso (Ativ. da ERPI e Centro de Dia) |
| 5 (Seg) | Dia Implantação da República Portuguesa (Ativ. ERPI e Centro Dia) |
| 16 (Sex) | Dia Mundial da Alimentação (Atividades da ERPI e Centro Dia) |

Novembro

- | | |
|----------|---|
| 1 (Dom) | Dia de Todos os Santos (Atividades da ERPI e Centro de Dia) |
| 5 (Qui) | Dia Mundial do Cinema (Atividades da ERPI e Centro de Dia) |
| 11 (Qua) | Dia de São Martinho (Ativ. ERPI e Centro Dia, com maior relevância) |

Dezembro

- | | |
|----------|---|
| 1 (Ter) | Restauração da Independência (Atividades da ERPI e Centro de Dia) |
| 21 (Seg) | Chegada do Inverno (Atividades da ERPI e Centro de Dia) |
| 25 (Sex) | Natal (Atividades da ERPI e Centro de Dia, com maior relevância) |

Atividades do Grupo de Animação das Instituições da Terceira Idade

- | | |
|-----------|-------------------|
| A Definir | Carnaval |
| A Definir | Olimpíadas Sénior |
| A Definir | Baile de Verão |
| A Definir | Dia do Idoso |
| A Definir | Festa dourada |

5. Plano de Avaliação

- Os Intervenientes na avaliação das atividades propostas serão os Utentes, a Animadora Sociocultural e a Educadora Social, e será realizada uma avaliação interna;
- O tipo de avaliação segundo a temporalidade será a avaliação *On going*, que será realizada durante a execução das atividades, os instrumentos utilizados serão grelhas de observação, onde se vai observar se os objetivos das atividades estão a ser atingidos. Também se vai utilizar a avaliação *Ex-post*, esta avaliação será realizada no final das atividades para assim se refletir e analisar se os objetivos desenhados foram ao encontro com os resultados encontrados.

5.1. Estratégias

- Recolher junto dos utentes informações sobre interesses pessoais, gostos e aptidões;

➤ Selecionar e angariar materiais de trabalho para as diversas atividades de forma a possuir um leque diversificado de instrumentos de trabalho.

Desta forma, a dinamização da Instituição, a organização e gestão das atividades não se baseará somente nas ideias da Animadora e da Educadora Social, será sim um espaço construído essencialmente, Para e Com os utentes.

5.2. Recursos

Humanos

- Utentes;
- Animadora Sociocultural;
- Educadora Social;
- Diretora Técnica;
- Elementos da Direção;
- Psicóloga;
- Equipa de Enfermagem;
- Colaboradores/as;
- Entidades, Associações, grupos e individualidades específicos.

Materiais

- Existentes na Instituição (telefone, fotocopiadora, computador, colunas de som; impressora; retroprojektor; tinteiros, papel, mesas, cadeiras, televisão, rádio; CDs, DVD, entre outros);
- Específicos para as atividades (tintas de diversos tipos, cartolinas, tesouras, canetas de feltro, lápis de cor, lápis de cera, tecido, cola, peças decorativa em gesso, madeira, vidro ou outro material, barro/terra cota, pincéis, guardanapos, lã, entre outros).

Atividades Regulares		
Periodicidade	Descrição	Objetivos
Semanalmente	Sessões de psicomotricidade	➤ Desenvolver as capacidades físicas, fazer frente às limitações físicas e psicossomáticas; ➤ Favorecer a confiança e o domínio do corpo e da mente; ➤ Adquirir flexibilidade e equilíbrio; ➤ Estimular a distensão, relaxamento e a libertação das tensões perante o cansaço e a monotonia; ➤ Tomar o tempo de ócio em tempo de lazer; ➤ Incentivar para os esforços do quotidiano; ➤ Favorece o desenvolvimento psicomotor.
	Jogos	➤ Estimular a coordenação psicomotora; ➤ Promover momentos lúdicos e de descontração; ➤ Combater o isolamento; ➤ Promover a interação no grupo.
	Oficinas	➤ Fomentar as relações interpessoais e sociais, o bem-estar e a participação dos idosos; ➤ Proporcionar momentos de ocupação; ➤ Apelar/incentivar a criatividade dos idosos; ➤ Desenvolver a motricidade fina.
	Atividade de Carácter Religioso	➤ Promover momentos de encontro e reflexão, respeitando as crenças de cada um.
	Sessões de Leitura e Escrita	➤ Manter e Desenvolver as capacidades adquiridas; ➤ Estimular a fala, a escrita e a memória; ➤ Permitir a comunicação verbal; ➤ Desenvolver o sentido crítico/Despertar interesses.
	Caminhadas	➤ Estimular a coordenação psicomotora; ➤ Estimular as capacidades de mobilidade e aumentar a autonomia; ➤ Promover momentos lúdicos e de descontração; ➤ Promover a interação no grupo; ➤ Promover a qualidade de vida.
Mensalmente	Comemoração do Aniversário dos Utentes	➤ Proporcionar ao Utente que faz anos um momento só para o mesmo, momento esse de festejo e confraternização.
	Atividades Culturais, Passeios e Intercâmbios	➤ Proporcionar momentos de entretenimento; ➤ Permitir aos idosos usufruir de práticas culturais e sociais; ➤ Fomentar as relações interpessoais e sociais.

	Sessões de Karaoke	➤ Melhora o humor e a ansiedade causando felicidade evitando a depressão; ➤ Diminui a sensação de dor (música fará com que ele desvie o foco disso, o estímulo sonoro tem o poder de amenizar o estímulo da dor, tornando-a bem mais suportável); ➤ Aumenta a socialização (a música tem o incrível poder de unir as pessoas).
Sempre que se justifique	Atividades Intergeracionais	➤ Promover o respeito e intercâmbio de experiências, valores, sentimentos e pensamentos entre gerações diferentes.
	Divulgação de atividades organizadas e realizadas pela ERPI do CBESA, na rede Social (Facebook) da Instituição	➤ Valorizar as atividades desenvolvidas; ➤ Divulgar as atividades realizadas; ➤ Divulgar saberes.
	Visionamento de filmes/ Fotografias/ ou documentários	➤ Proporcionar momentos de entretenimento; ➤ Captar e/ou incentivar a atenção e a concentração; ➤ Fomentar as relações interpessoais e sociais; ➤ Desenvolver o espírito crítico.
	Comemoração das Estações do ano (elaboração de painéis, telas e quadros alusivos ao tema)	➤ Desenvolver a motricidade fina, a destreza manual, a criatividade e o espírito de improvisação dos utentes. Dar a conhecer os trabalhos realizados pelos idosos.
	Sessão de Snoezelen	➤ Encorajar o relaxamento, a exploração, a comunicação e o entretenimento; ➤ Promover a sensação de bem-estar e fortalecimento da auto-estima; ➤ Diminuir a frequência e a gravidade do comportamento sintomático (por exemplo, tensão, ansiedade e agitação); ➤ Estimular os sentidos dos adultos não ativos; ➤ Acalmar e relaxar estados de agitação; ➤ Facilitar a recuperação da memória; ➤ Melhorar e aumentar as capacidades de concentração, pensamento e raciocínio ➤ Proporcionar oportunidades para a expressão emocional; ➤ Melhorar o humor; ➤ Reduzir comportamentos socialmente

		inadequados; ➤ Proporcionar uma atmosfera que encoraja os participantes a explorar o ambiente e a sentirem-se capazes de se divertir; ➤ Criar condições para que os participantes sejam capazes de se expressar.
--	--	--

Cronograma

Atividades	Descrição	Periodicidade de	Objetivos
Comemoração do Dia de Reis	- Elaboração de Coroas de Reis com os utentes; - Abordagem ao tema e sua simbologia; - Convite a um grupo de cantares para a animação do Lanche convívio na ERPI.	06 de Janeiro	➤ Criar momentos lúdicos; ➤ Desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas; ➤ Estimular a destreza manual e a motricidade fina; ➤ Promover o convívio entre idosos, funcionários e o grupo convidado; ➤ Promover a socialização, evitando o isolamento, a tristeza e a depressão.
Ida à Sopa da Pedra	- Ida com um grupo de Utentes a Almeirim comer a típica Sopa da Pedra.	05 de Fevereiro	➤ Proporcionar momentos de lazer; ➤ Promover as relações interpessoais; ➤ Descobrir interesses/paladares da nossa região; ➤ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos.
Carnaval	- Realização de adereços de Carnaval (oficina de trabalhos manuais) para decoração das instalações da ERPI	De 03 a 25 de Fevereiro	➤ Realizar atividades criativas e recreativas; ➤ Desenvolver a criatividade dos utentes; ➤ Estimular a perceção tátil na exploração dos materiais.
Comemoração do Carnaval	- Baile de Carnaval do Grupo de Animação das instituições de apoio à terceira idade dos concelhos de Alcanena, Torres Novas, Entroncamento,	Em Fevereiro (a definir, no plano de atividades do núcleo das IPSS'S)	➤ Contrariar o desenraizamento social dos idosos; ➤ Promover o convívio e o bem-estar; ➤ Fortalecer o convívio entre idosos e momentos de boa disposição; ➤ Promover o enriquecimento cultural.

	Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha.		
Celebração do Dia dos Namorados	- Elaboração de trabalhos, abordando o tema amizade, amor e companheirismo.	14 de Fevereiro	➤ Fortalecer as relações interpessoais dos Utentes; ➤ Relembrar hábitos, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; ➤ Estimular a criatividade e imaginação.
Comemoração do Dia Internacional da Mulher	- Elaboração de lembranças com os utentes para entregar a todas as mulheres da Instituição (Utentes e Colaboradoras); - Convidar uma entidade exterior para abordar o tema da Igualdade de género.	02 a 08 de Março	➤ Desenvolver a motricidade fina; ➤ Estimular a criatividade; ➤ Promover o diálogo e a troca de opiniões entre os utentes; ➤ Desenvolver a capacidade lúdica; ➤ Promover a interação e a coesão grupal.
Dia Mundial da Árvore e Chegada da Primavera	- Elaboração de trabalhos manuais alusivos ao tema, Primavera, alertando os utentes para as questões e diferenças entre estações do ano; - Construção de um canteiro com ervas aromáticas, num dos espaços exteriores das instalações (Salsa, coentros, hortelã, alfazema, alecrim, etc...).	16 a 27 de Março	➤ Sensibilizar os idosos para as questões relacionadas com o ambiente; ➤ Estimular a criatividade; ➤ Desenvolver capacidades motoras e cognitivas; ➤ Desenvolver aspetos psicomotores e sensitivos através do olfato e tato; ➤ Relembrar hábitos e costumes da agricultura.
Dia Mundial do Teatro	- Proporcionar uma ida ao Teatro.	27 de Março	➤ Promover o convívio e o envelhecimento ativo; ➤ Promover/estimular o conhecimento cultural e histórico.
Dia Mundial da Atividade Física e Dia Mundial da	-Conversa sobre a importância da atividade física e dos hábitos alimentares	07 de Abril	➤ Desenvolver e estimular as capacidades físicas e a motricidade dos idosos; ➤ Consciencializar os utentes para

Saúde	para a Saúde dos Utentes; - Realização de Jogos Tradicionais no exterior das instalações da ERPI e Centro de Dia.		alterarem alguns hábitos; ➤ Criar um ambiente descontraído dentro da instituição; ➤ Incentivar à prática de atividade física.
Olimpíadas Sénior	- Olimpíadas Sénior, atividade Interinstitucional.	Em Abril (a definir, no plano de ação do núcleo das IPSS'S)	➤ Promover a socialização de Utentes das várias instituições do núcleo; ➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; ➤ Promover hábitos de vida saudáveis.
Páscoa	- Elaboração de adereços decorativos alusivos à Páscoa para a decoração das salas; - Realização da lembrança para oferecer aos utentes da ERPI e Centro de Dia.	30 de Março a 12 de Abril	➤ Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; ➤ Desenvolver a criatividade/agilidade dos utentes; ➤ Valorização de costumes e tradições; ➤ Respeitar crenças e valores dos idosos católicos; Promover o espírito de cooperação.
Dia da Liberdade	- Visionamento de um filme/documentário alusivo ao 25 de Abril.	23 a 25 de Abril	➤ Valorizar as tradições e costumes; ➤ Recordar o 25 de Abril – reminiscências; ➤ Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual.
Dia Mundial da Dança	- Convidar um grupo de Dança para vir à ERPI animar o período da tarde.	29 de Abril	➤ Proporcionar aos nossos utentes um dia diferente, cheio de música e de dança.
Comemoração das Aparições de Fátima	- Visionamento de filme/documentário, sobre as aparições em Fátima	13 de Maio	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; ➤ Proporcionar um momento lúdico.
Dia Internacional das Famílias	- Atuação de um grupo de musical, seguida de um lanche convívio entre os utentes, colaboradores e familiares	15 de Maio	➤ Estimular as relações interpessoais; ➤ Promover a socialização; ➤ Aproximar os utentes das suas famílias e/ou comunidade em geral.
Dia Internacional dos Museus	- Visita a um museu (a definir).	18 de Maio	➤ Promover/estimular o conhecimento cultural e histórico;

			➤ Promover o convívio e o envelhecimento ativo.
Baile de Verão	- Baile de Verão do Grupo Interinstitucional.	Em Junho (a definir, no plano de ação do núcleo das IPSS'S)	➤ Promover a socialização de Utentes das várias instituições do núcleo; ➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso.
Dia Internacional do Piquenique	- Passeio convívio ao Parque Natural da Serra de Montejunto; - Visita à Casa Museu no Instituto da Sãozinha.	18 de Junho	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; ➤ Promover um momento de lazer fora da Instituição.
Ida à Praia	- Passeio convívio à Praia da Areia Branca.	24 de Junho	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; ➤ Promover o convívio e o envelhecimento ativo.
Comemoração do dia dos Avós	- <i>Remember</i> -convívio Avós e Netos - “Os Netos levam os Avós à Discoteca”; - Criação de um ambiente idêntico ao de uma discoteca; - Convite a um <i>Dj</i> , para passar músicas do tempo dos utentes.	26 de Julho	➤ Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso; ➤ Proporcionar um momento de partilha de vivências entre os familiares e os utentes.
Outono	- Elaboração de trabalhos alusivos à estação do ano (Outono).	10 a 27 de Setembro	➤ Desenvolver a motricidade fina; ➤ Estimular à criatividade; ➤ Promover o diálogo e a troca de opiniões entre os utentes; ➤ Desenvolver a capacidade lúdica; ➤ Promover a interação e a coesão grupal.
Dia Internacional do Idoso	- Comemoração do Dia Internacional do Idoso organizado pelo núcleo de Animação das instituições de apoio à terceira idade dos concelhos de,	Em Outubro (a definir, no plano de ação do núcleo das IPSS'S)	➤ Promover a socialização; ➤ Proporcionar o convívio com outros Utentes de outras Instituições.

	Alcanena, Torres Novas, Entroncamento, Chamusca, Golegã e Vila Nova da Barquinha.		
Dia Mundial da Alimentação	- Elaboração de um cartaz alusivo às boas práticas de uma alimentação saudável; - Proporcionar aos utentes um lanche diferente, agradável e saudável (panquecas, crepes e espetadas de fruta), em que a confeção irá ser dinamizada na oficina de culinária.	16 de Outubro	➤ Consciencializar os utentes para alterarem alguns hábitos; ➤ Proporcionar um momento de partilha e convívio entre os utentes; ➤ Promover hábitos de vida saudáveis.
Dia de São Martinho, na ERPI.	- Realização de atividades alusivas à data festiva; - Convite a um grupo musical/ de cantares para animar a tarde de São Martinho na ERPI.	02 a 11 de Novembro	➤ Desenvolver a motricidade fina; ➤ Estimular a criatividade; ➤ Proporcionar um momento de convívio entre os Utes e os seus familiares; ➤ Promover uma tarde diferente das habituais.
Natal	- Realização de adereços de Natal para enfeitar a ERPI; - Abordagem ao tema dos afetos, dos costumes e tradições desta época; - Preparação da festa de Natal; - Festa de Natal - na ERPI (convite a familiares dos utentes a participar na festa).	01 de 25 de Dezembro (data a definir)	➤ Promover o diálogo e a troca de opiniões; ➤ Desenvolver a motricidade fina; ➤ Estimular a criatividade; ➤ Revisitar as vivências e experiências adquiridas ao longo da vida; ➤ Promover a interação e a coesão grupal; ➤ Proporcionar bem-estar, o convívio e o contacto entre utentes, familiares e funcionários; ➤ Proporcionar momentos lúdicos; ➤ Estabelecer a cooperação, reconhecendo o valor do trabalho em equipa; ➤ Fomentar o sentimento de pertença a um grupo;

- Promover a troca de experiências;
- Promover o convívio entre Utentes, familiares, órgãos sociais e colaboradores.

Orçamento

De seguida é apresentada a tabela do orçamento, onde consta o material que irá ser necessário bem como os valores para a realização das atividades.

Descrição	Orçamento
Material de desgaste	280€
PEN USB ADATA 32GB (Worten)	12,99€
Tablet (Worten)	140€
Atividades Interinstitucionais (realizadas com o núcleo de animação)	80€
Passeios e visitas realizadas em conjunto com as respostas sociais do CBESA (apenas CD e ERPI)	400€
Jogo do Pára – Quedas (dimensões 3,5m) (empresa Topludi – Diversão em movimento)	49€
Tela de projetor Nobo Withe com tripé com tripé 212 (Fabriprint)	92€
Panamás cor verde-claro (Dott) X 30	2,77€
Instrumento musical Beamz player interactive music system (ambiente de snoezelen ou pode ser utilizado noutros contextos interativos)	390€ + Iva
Material para atividades para a sala de snoezelen	400€

Técnica Superior de Animação Sociocultural - Dr.ª Maria de Lurdes Monteiro

Técnica Superior de Educação Social - Dr.ª Patrícia Domingos

PLANO DE AÇÃO DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO (SAD) E PSICOLOGIA

O futuro passa por manter o idoso no seu domicílio o mais tempo possível, cuja responsabilidade não poderá passar apenas pela rede de cuidados familiares mas também pelo auxílio de serviços de apoio ao domicílio. Estes devem ser cada vez mais especializados e rigorosos no desempenho do seu papel, garantindo a satisfação das suas necessidades e promovendo a qualidade de serviços. Assim, o Serviço de Apoio Domiciliário tem como principal objetivo promover uma diversidade de serviços proporcionando o bem-estar e a qualidade de vida dos utentes. Além disso, possibilita a preservação das relações familiares; onde se destaca a importância do apoio prestado pelos cuidadores informais.

Perante o cenário atual, é preocupação do CBESA, e em particular, do Serviço de Apoio Domiciliário, enquanto resposta social que atua no terreno, responder a um leque variado de problemas, apoiando o idoso/utente, independentemente da natureza do problema.

Ao longo dos anos, este serviço tem ganho relevância, não só por proporcionar a permanência dos utentes em suas casas, mas também, dado à oferta de serviços, que disponibiliza aos utentes. Quando urge, a oferta de serviços era muito limitada e cingia-se sobretudo aos cuidados de higiene e conforto pessoal e fornecimento de alimentação. Daí a necessidade de MUDAR O MODELO, para uma alternativa que permita maior independência e escolha dos utentes. Desde essa altura, temos vindo a tentar que este serviço seja um serviço de excelência, apostando no bem-estar físico, psíquico e social dos nossos utentes.

O objetivo deste Plano de Ação é descrever ações e atividades a desenvolver durante o ano de 2020, tendo em conta os serviços que presta e as atividades que perspectiva para o próximo ano. A execução dessas atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar a sua normal prossecução, pelo que, ao longo do ano, poderão ocorrer algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades, provenientes de parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais ou informais.

Frequência

Atualmente o Serviço de Apoio Domiciliário tem capacidade para 60 utentes, dos quais apenas 30 têm acordo com o Instituto de Segurança Social, sendo 12 utentes comparticipados aos sete dias da semana.

De momento, temos uma frequência de 30 utentes no apoio.

Objetivos

Na prestação deste serviço aos utentes estão subjacentes vários objetivos a concretizar:

1. Proporcionar serviços permanentes e adequados à satisfação das necessidades dos utentes;
2. Promover as Boas Práticas de Ética e Deontologia Profissional, assim como, uma cultura de respeito pela privacidade, dignidade e autonomia da pessoa idosa;
3. Contribuir para o normal desenvolvimento do processo de envelhecimento e evitar a sua degradação, prestando serviços de qualidade;
4. Prestar os apoios necessários às famílias dos idosos no sentido de fortalecer a relação intrafamiliar e preservar os laços familiares;
5. Criar condições que permitam preservar e incentivar as relações inter-familiares;
6. Minorar situações de isolamento e solidão;
7. Otimizar e compreender as funções cognitivas, as necessidades, as expectativas e as motivações dos idosos;
8. Prevenir, retardar ou compensar o aumento da dependência;
9. Melhorar o grau de autonomia do utente;
10. Manter/melhorar a mobilidade geral dos utentes.

Serviços prestados

Para a prossecução dos seus objetivos, o SAD proporciona um conjunto diversificado de serviços, em função das necessidades das pessoas, nomeadamente:

- a) **Fornecimento e distribuição de refeições**, respeitando as dietas prescritas pelo médico;
- b) **Cuidados de higiene e conforto pessoal**, respeitando sempre a intimidade do utente e estimulando-o na execução das tarefas de forma, a incentivá-lo na autonomização e participação das atividades da vida diária (AVD's);
- c) **Higiene habitacional**, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- d) **Tratamento de roupas**, do uso pessoal do utente;
- e) **Teleassistência**, Protocolo com a Cruz Vermelha, aproximando os recursos e a emergência em caso de situações de quedas no domicílio, por exemplo;
- f) **Apoio psicológico**, acompanhamento individualizado ou extensível ao cuidador informal (família);
- g) **Cuidados de enfermagem**, assegurando cuidados primários, bem como, pensos e tratamentos de úlceras de pressão;
- h) **Atividades de animação, lazer e passeios**;
- i) **Fisioterapia**, proporcionar aos utentes do domicílio, vítimas de situações adversas, os tratamentos necessários à sua reabilitação;
- j) **Cabeleireiro, manicure e pédicure**, proporcionar autoestima dos utentes.

Formação dos Recursos Humanos

O elevado nível de exigência por parte dos utentes e seus familiares, leva-nos a procurar métodos e técnicas de gestão para fomentarmos a prestação do melhor serviço. Para tal, é intenção desta Instituição levar a cabo a implementação do Manual de Funções, que tem como objetivo dar a conhecer o papel relevante de cada colaborador no seu desempenho. Apesar da evolução, ainda temos muito para implementar, para testar e avaliar, para se conseguir a satisfação plena dos utentes, familiares mas também dos colaboradores. Este é um equilíbrio difícil, mas satisfatório quando conseguimos atingir um determinado objetivo por mais pequeno que nos possa parecer.

Continuará a ser prioridade desta Instituição promover a formação de profissionais, de forma a disporem de mais conhecimento e sensibilização, necessários ao bom desenvolvimento de ações de apoio social destinados a idosos.

Objetivo Geral:

- Desenvolver competências para lidar com situações de conflito minimizando as suas consequências negativas sobre a vida pessoal, familiar, social e profissional.

Objetivo Específico:

- Desenvolver competências comunicacionais;
- Identificar tipos e fontes de conflito;
- Identificar diferentes formas de lidar com os conflitos;
- Desenvolver competências de resolução de conflitos;
- Motivar e aumentar a coesão grupal;
- Aumentar a confiança grupal;
- Melhorar a Qualidade de Serviços Prestados através de Dinâmica de Grupo.

Avaliação de desempenho

Importa ainda acrescentar que está a ser implementado na Instituição, desde 2018, um sistema de avaliação de desempenho, com o apoio de uma Empresa externa, credibilizada para o efeito. Foram realizadas reuniões de trabalho, não só para dirigentes, como também, para diretoras técnicas e colaboradores dos diversos sectores/respostas sociais. A implementação do sistema de avaliação de desempenho será testada no ano 2020.

PSICOLOGIA

O domicílio do utente é um contexto privilegiado para a intervenção, uma vez que é uma fonte de informação muito útil relativamente à dinâmica e relações familiares, bem como na observação de vários aspetos que podem parecer insignificantes ao primeiro olhar, e que provavelmente não aconteceriam em contexto de Instituição.

Os cuidadores informais, que são maioritariamente familiares, são as pessoas que mantêm mais contacto e de forma mais próxima com o utente. Assim, estão sujeitos a uma grande pressão emocional e afetiva. As dúvidas inundam-nos e sentem-se, de certa forma, “obrigados” a fazer este papel e a cuidar de quem cuidou deles. Deste modo, é fundamental providenciar estratégias aos cuidadores para conseguirem gerir as suas emoções da melhor forma, reforçando sempre a importância que o seu papel tem para o seu familiar.

Avaliação

É essencial, inicialmente, o Psicólogo conhecer o utente e o seu processo, de modo a averiguar a necessidade de intervenção psicológica. Além disso, cada pessoa é única e subjetiva, pelo que é fundamental o respeito e a sensibilidade de modo a que esta intervenção seja adequada e individualizada.

Assim, para isso, realizar-se-á:

- Visitas Domiciliárias;
- Observação;
- Entrevista semiestruturada;
- Avaliação Psicológica;
- Planeamento de Intervenção (caso necessite);
- Intervenção (caso necessite);
- Reavaliação (caso necessite ou em caso de alterações significativas de utente).

Acompanhamento Psicológico

Sempre que haja necessidade de um utente ser acompanhado a nível psicológico, seja por alguma revolta, sentimento de culpabilização, solidão, dificuldade na readaptação da sua situação de saúde, em casos de demência, ou outros, será realizada uma avaliação e respetivo acompanhamento onde se irá:

- Avaliar o estado cognitivo e emocional (para avaliar a necessidade e intervenção);
- Diminuir a ansiedade;

- Diminuir o estado depressivo;
- Estimular cognitivamente;
- Aumentar a autoestima;
- Combater a solidão.

Livro “Memórias do Baú”

À semelhança do Hospital, e em conjunto com as várias respostas sociais do CBESA, como ERPI e Centro de Dia, continuar-se-á a recolher histórias e tradições dos idosos, consoante os vários meses do ano. O lançamento do livro está programado para Junho de 2020, no aniversário da Instituição.

Outras Atividades

Além das atividades acima referidas, pretende-se:

- Colaborar nas diferentes atividades da Instituição, bem como nas atividades em conjunto com as diferentes respostas sociais;
- Envolver a família/cuidadores nas diferentes atividades de modo a reforçar os laços familiares;
- Dar apoio informativo e formativo às funcionárias e familiares;
- Participar em reuniões de equipa;
- Celebrar Datas Comemorativas e significativas para os utentes.

Plano de Ação:

1. Quadro de Ações Lúdicas do Apoio Domiciliário

Ações Lúdicas-recreativas e culturais	Objetivos	Local	Cronograma
Dia do Aniversário	Celebração do dia de aniversário. Promover festas de aniversário no domicílio dos idosos. Confeccionar um bolo e levá-lo ao domicílio de cada utente. Estimular a participação.	Domicílio do Idoso	Janeiro a Dezembro
Missão País	Minimizar o sentimento de	Domicílio	Fevereiro

	isolamento e de solidão.	do Idoso	
Páscoa	Proporcionar um momento de reflexão espiritual e religioso aos idosos – Celebração da Missa.	Hospital de Alcanena	Abril
Dia dos Avós	Estreitar laços entre avós e netos.	Hospital de Alcanena	27 Julho
Encontro Inter-Institucional	Promover um almoço convívio entre idosos das várias Instituições locais.	Olhos D'Água	Maio
Comemoração do Dia do Idoso	Valorizar a velhice e promover um envelhecimento ativo e saudável. Proporcionar uma tarde diferente com lanche convívio entre as várias respostas sociais.	Hospital de Alcanena	1 Outubro
Dia de Todos os Santos	Relembrar tempos antigos, costumes e manter hábitos presentes. Entrega de broas.	Domicílio do idoso	1 Novembro
Magusto	Reviver a tradição do Magusto; partilha e convívio entre funcionários e idosos.	Lanche no CBESA	12 Novembro
Festa de Natal	Reforçar laços afetivos com familiares. Promover o sentimento de união e amor entre idosos e familiares. Convívio entre idosos e familiares.	CBESA	Dezembro

Ações de Intervenção	Objetivos	Local	Cronograma
Atendimento a utentes e familiares	Atendimento/acolhimento e informação às pessoas carenciadas. Orientação e acompanhamento das situações. Avaliação/diagnóstico das situações.	CBESA/Domicílio do Idoso	Todo o ano
Prestar serviços de qualidade aos utentes	Assegurar e promover AVD, bem como, identificar situações de cuidados de saúde e estabelecer contactos com os familiares, responsáveis ou entidades de saúde.	Domicílio do Idoso	Todo o ano
Animação/Socialização	Promover festas de aniversário no domicílio dos utentes.	Todo o ano	Todo o ano

Sala de Snoezelen	Melhorar o desempenho dos colaboradores.	Hospital Alcanena	Todo o Ano
--------------------------	--	-------------------	------------

NOTA: Todas as atividades propostas podem sofrer alterações, podendo ter de ser adiadas ou alteradas, tendo sempre em conta a vontade e disponibilidade dos utentes.

2. Quadro de Ação: Objetivos e Metas do SAD

Objetivo Estratégico	Aumentar o grau de satisfação das Partes Interessadas						
Objetivos operacionais	Indicadores	Metas	Fonte	Atividades Estratégicas	Recursos a Envolver		
					Humanos	Materiais Logísticos	Financeiros
Aumentar a capacidade de resposta para cuidados de higiene pessoal e higiene habitacional	% de solicitações cumpridas	80%	Contratos de prestação de serviços; Adendas aos Contratos de prestação de serviços; Planos individuais de Cuidados.	Levantamento das necessidades dos utentes; Renegociação de serviços; Planificação das rotas e organização dos serviços.	Direção Técnica Diretora Geral	Transporte; Telefone; Equipamento informático.	Não aplicável
Motivar a equipa de SAD	Nº de colaboradores a participar na atividade	Melhorar a coesão de grupo; Aumentar a confiança; Melhorar a qualidade dos serviços; Desenvolvimento pessoal e emocional.	Registo de sessões; Dinâmica de grupo.	Jogos pedagógicos no domínio cognitivo e psicomotor.	Colaboradores Direção Técnica Psicóloga	Material diverso (papel, canetas coloridas, balões, rolo de papel, entre outros).	Não aplicável, pois já temos o material necessário para a realização das tarefas.
Adquirir	Nº de peças	20 cestos;	Requisição	Levantamento	Peças	Equipamento	Propostas

equipamento de cozinha	adquiridas	30 termos de sólidos e líquidos; 20 borrachas de vedação dos termos sólidos.	o de material	das necessidades do SAD	adquiridas	o informático	pedidas; Aguardo orçamentos.
Adquirir materiais de equipamento de Proteção Individual	Nº de peças adquiridas	36 camisolas polares; 36 calças; 36 fardas.	Registos individuais de EPI	Ações de levantamento dos tamanhos; Adjudicação das propostas; Aplicação de novos EPI's.	Direção técnica; Diretora Geral; Membros da Direção;	EPI's: Equipamento informático.	Propostas pedidas; Aguardo orçamentos.
Melhorar o grau de autonomia funcional do utente	% de utentes que melhoraram o estado funcional	Reduzir 10 % o número de dependentes nas AVD's.	Escala de Barthel	Sessões regulares de fisioterapia no domicílio do utente.	Fisioterapia Direção técnica	Equipamento de reabilitação; Andarilho; Pedaleira;	Não aplicável, pois já temos o material necessário para a realização das tarefas.
Melhorar a Qualidade do serviço prestado pelo SAD	% dos utentes satisfeitos	Aumentar os níveis de satisfação	Questionários de Satisfação das necessidades do SAD	Resultados dos questionários aplicáveis ao serviço de SAD	Direção técnica; Psicóloga; Utentes; Familiares	Papel; Equipamento informático.	Não aplicável
Consolidar e reforçar o serviço de animação e socialização	Taxa de participação dos utentes de SAD em atividades lúdicas	5 utentes a usufruir do serviço de animação	Registos de presenças dos participantes nas atividades lúdicas	Divulgar junto dos utentes/familiares, o plano de anual de atividades lúdicas; Planificar as atividades de acordo com os AVD'S de cada utente; Convidar os utentes do SAD para as atividades	Direção técnica; Psicóloga; Utentes; Familiares	Transporte	Não aplicável

				socioculturais a realizar no ERPI.			
Combater o isolamento e a solidão	Taxa de participação dos utentes de SAD em atividades lúdicas	3 utentes a usufruir da Missão País	Registos de presenças dos participantes nas atividades lúdicas	Proporcionar atividades lúdicas entre jovens e idosos, no domicílio dos mesmos.	Direção técnica; Psicóloga; Utentes; Jovens da Missão País; Famíliares	Transporte	Não aplicável
Reforçar a participação dos utentes em atividades intergeracionais	Taxa de participação dos utentes em atividades intergeracionais	% de utentes	Registo de presenças em atividades comemorativas: "Dia dos Avós"	Motivar a participação das crianças e reajustar a logística de modo a facilitar a participação das mesmas; Sensibilizar os utentes/famíliares para a prossecução dessas atividades.	Direção técnica; Psicóloga; Utentes; Famíliares	Transporte	Não aplicável

Diretora Técnica: Técnica Superior de Serviço Social - Dr.ª Ana Carla Gonçalves

Técnica Superior de Psicologia - Dr.ª Patrícia Fonseca Lopes

CRECHE, JARDIM DE INFÂNCIA E CATL

2017/18

2018/19

2019/20

1. Introdução

O Centro de Bem Estar Social de Alcanena, nas suas respostas sociais de Creche, Jardim de Infância e CATL, tem como princípio básico orientador da sua ação o respeito absoluto por cada criança, enquanto ser único, em formação pessoal e social.

Achamos que educar é promover um desenvolvimento global harmonioso, procurando estimular todo o potencial humano e todas as capacidades de cada criança. Dessa forma, a equipa desta resposta social tem que assumir uma postura de forma a promover uma resposta organizada, complementar e integral. O Projeto Educativo explana e fundamenta a filosofia e a linha de ação assumida por todos os agentes educativos, como previsto em Dec./ Lei 137/2012 de 2 de Julho e assim como no Dec. /Lei nº 75/2008 de 22 de Abril, art.º 9º, nº 1, alínea a): “Projeto Educativo – o documento que consagra a orientação educativa da escola, elaborado e aprovado pelos seus órgãos de administração e gestão para um horizonte de três anos, no qual se explicitem os princípios, os valores, as metas e as estratégias que segundo as quais a escola se propõe cumprir a sua função educativa.” Pretende-se que este documento seja efetivamente um documento orientador de trabalho, assumindo um caráter de comunicação entre os vários parceiros educativos. “*A autonomia da escola concretiza-se na elaboração de um projeto educativo próprio, constituído e executado de forma participada, dentro de princípios de responsabilização dos vários intervenientes na vida escolar e de adequação às características e recursos da comunidade em que se insere*” (Decreto-Lei n.º 43/89, de 3 de fevereiro). O Projeto Educativo da Instituição trata-se de um documento orientador da prática educativa espelhando a sua identidade e autonomia, construídas pela consciência progressiva de um processo que se pretende inovar no futuro.

Concomitantemente, são definidas as linhas orientadoras para a elaboração do Plano Anual de Ação, Projetos Curriculares e Pedagógicos de Sala e o Relatório Anual de atividades.

O presente Projeto Educativo foi elaborado para o triénio 2017-2020.

2. Enquadramento Legal

A Creche, Jardim de Infância e CATL são respostas sociais da Instituição Particular de Solidariedade Social, Centro de Bem Estar Social de Alcanena, cujos Estatutos são regulados pelo Decreto-lei nº 119/83, de 25 de Setembro, atualizado pela Portaria nº 139/2007 de 29 de Janeiro.

A Creche tem como entidade responsável pelo seu acompanhamento o Ministério da Segurança Social, através do Centro Distrital de Segurança Social de Santarém. Tem como referência legal os Guiões Técnicos da Direção Geral e Ação Social, de 1996, e mais recentemente, as normas de Gestão de Qualidade, editadas pelo Instituto da Segurança Social, I.P., de 2005.

No que diz respeito ao Jardim de Infância, é acompanhado conjuntamente pelos Ministérios da Educação e da Segurança Social, tendo como referência legal a Lei-quadro da Educação Pré-escolar, Lei nº 5/97, de 10 de Fevereiro.

O CATL é uma resposta social que tem como referência legal o Despacho Normativo 96/89.

3. Estrutura Organizacional e Funcional

3.1. Elementos Humanos

O trabalho é desenvolvido por uma equipa multidisciplinar, nomeadamente de educadores de infância, ajudantes de ação educativa, cozinheira, ajudantes de cozinha e trabalhadoras auxiliares com formação apropriada, inovadora, dinâmica e reflexiva.

Categoria	Nº de funcionários	Tipo de Vinculo
Diretora	1	Do quadro
Educadoras de Infância	6	Do quadro
Ajudante de ação educativa	10	Do quadro
Cozinheira	1	Do quadro
Ajudantes de Cozinha	3	Do quadro
Trabalhadora Auxiliar	5	Do quadro
Animador	1	Do quadro
Administrativo	3*	Do quadro

* Comuns a outras respostas sociais da Instituição.

3.2. Órgãos de Gestão

A Instituição tem como órgão de gestão a Direção, eleita de entre os sócios por um período de quatro anos. Conta ainda com um Conselho Fiscal, composto por três elementos e uma Assembleia Geral, composta também por três elementos, ambos também eleitos.

3.3. A Direção é composta por sete elementos, sendo:

- 1 Presidente da Direção;
- 1 Vice-presidente de Direção;
- 1 Secretário;
- 1 Tesoureiro;
- 3 Vogais.

No que diz respeito à Direção Técnica e Pedagógica da Creche, do Jardim de Infância e do CATL, ela é assegurada por uma funcionária da Instituição, com formação em Psicologia área clínica.

3.4. Frequência

A Creche do Centro de Bem Estar Social de Alcanena tem capacidade para acolher diariamente 66 crianças. No entanto, o Acordo de Cooperação assinado entre a Instituição e a Segurança Social, Centro Distrital de Santarém, abrange apenas 47 crianças.

No que diz respeito à resposta social de Jardim de Infância, a capacidade das três salas é de 75, no total. No entanto, nos últimos anos tem-se verificado um decréscimo na frequência de crianças nesta resposta social, razão pela qual o Acordo de Cooperação com a Segurança Social abrange atualmente apenas 57 crianças.

Ao nível do CATL, a capacidade da sala é de 33 crianças, encontrando-se preenchida e com lista de espera. Nesta resposta social o número de crianças com acordo com a Segurança Social é de 12.

3.5. Constituição dos Grupos

Os sete grupos de crianças que constituem as salas de Creche e de Jardim de Infância são constituídos respeitando as normas em vigor, nomeadamente os Guiões Técnicos da direção de Ação Social, no caso da Creche, e pela Lei-Quadro da Educação Pré-Escolar, no caso do Jardim de Infância.

Os grupos são constituídos por idades, tentando-se criar grupos o mais homogêneos possível em termos de idades, assim como no que diz respeito ao seu desenvolvimento, porque nos parece que assim podemos permitir à educadora de cada sala um trabalho muito mais adaptado às especificidades do seu grupo, ao mesmo tempo que as próprias crianças se sentem integradas num grupo com o qual têm uma maior grau de identificação, tanto ao nível do seu desenvolvimento, como dos interesses comuns.

Ao nível da resposta social de CATL, a faixa etária é dos 6 aos 12 anos, tendo prioridade as crianças com irmão(s) na Creche ou Jardim de Infância, ou crianças que tenham frequentado o Jardim de Infância no ano anterior.

4. Desenvolvimento Curricular

4.1. Organização do Ambiente Educativo

A Creche e o Jardim de Infância funcionam num edifício construído de raiz para este efeito. Dispõe:

- Espaço ao ar livre;
- Recreio de Creche, equipado;
- Recreio de Jardim de Infância, equipado;
- Quatro salas de Creche;
- Três salas de Jardim de Infância;
- Uma cozinha;
- Um refeitório para crianças;
- Um refeitório para funcionários;
- Uma lavandaria;
- Uma despensa de frios;
- Uma despensa de géneros;



- Um vestiário e balneário para funcionários;
- Três instalações sanitárias para crianças;
- Uma copa de leites;
- Um gabinete de direção;
- Um gabinete de apoio;
- Uma arrecadação para material pedagógico no interior;
- Uma arrecadação para material pedagógico e outro no exterior;
- Dois espaços de utilização comum (cúpula da Creche e cúpula do Jardim);
- Uma carrinha para transporte das crianças, comum a outras respostas sociais da Instituição.

A sala da resposta social CATL dispõem de:

- Uma sala de CATL;
- Duas casas de banho;
- Um hall;
- Uma sala de brincadeiras do CATL.

O CBESA promove atividades letivas diversificadas com vista a preparar as crianças para os desafios atuais e futuros, de carácter cultural, social e tecnológico, contribuindo para formar cidadãos responsáveis, autónomos e interventores. Subjacentes nas Áreas de Desenvolvimento da Criança, de acordo com o Manual da Qualidade da Creche, definidas pela Segurança Social para Creche, e nas Metas de Aprendizagem na Educação Pré-Escolar definidas pelo Ministério da Educação para o Jardim de Infância.

❖ Horário das Atividades

O horário normal de funcionamento das atividades é entre as 09h30 e as 17h30. O horário letivo funciona das 9h30 às 12h e das 15h às 17h30. O horário da componente de apoio à família funciona das 7h30m às 9h30m, das 12h às 15h e das 17h30 às 19h.

❖ Atividades Diferenciadas

São desenvolvidas, por professores especializados e em conjunto com as educadoras, as atividades de:

- Música – para as crianças do Jardim de Infância;
- Inglês – para as crianças do Jardim de Infância;
- Ginástica – para as crianças de Creche, com 2 anos, e Jardim de Infância;
- Natação, para as crianças de 5 anos.

5. Relação com as Famílias e Comunidade

“A educação pré-escolar é a primeira etapa da educação básica no processo de educação ao longo da vida, sendo complementar da ação educativa da família, com a qual deve estabelecer estreita relação, favorecendo a formação e o desenvolvimento equilibrado da criança, tendo em vista, a sua plena inserção na sociedade como ser autónomo, livre e solidário”

In orientações curriculares para educação pré-escolar

Na educação de cada criança, temos sempre que ter em conta dos dois contextos em que esta se insere – escola e família. Por isso, é que a relação com as famílias tem que ser de proximidade, pois só assim podemos adequar o processo de educar a cada criança.

A relação com cada família pressupõe que os pais, assim como os adultos da Instituição são co-educadores da mesma criança e essa relação deve, do nosso ponto de vista, ser centrada na própria criança, promovendo uma permanente troca de informação sobre ela, quer por parte dos pais, quer por parte da Creche, do Jardim de Infância ou CATL.

Temos como filosofia subjacente ao nosso trabalho, a complementaridade das ações educativas, por parte da família e da escola e tentamos assegurar uma saudável comunicação entre ambas, respeitando os valores próprios de cada família e a sua singularidade.

Achamos que a colaboração dos pais e de outros membros da comunidade, nomeadamente o contributo dos seus saberes e competências para o trabalho

educativo com as crianças é um meio privilegiado de alargar e enriquecer as aprendizagens, que se querem o mais abrangente possível.

A comunicação com os pais é promovida especialmente nos contactos diários e informais, mas também no âmbito de reuniões agendadas. Esta troca de informações e conhecimentos permite conhecer as expectativas educativas da família e esclarecê-la quanto ao processo educativo a desenvolver com o grupo, eventualmente, participar em situações educativas planeadas pelo educador para o grupo.

Sempre que os pais ou familiares manifestem a possibilidade de poderem contribuir de alguma forma para o Projeto Educativo em curso, nomeadamente, trazendo sugestões, partilhando saberes, conhecimentos ou tradições, serão sempre tidos em conta como parte integrante do Projeto Educativo. Essa disponibilidade será valorizada e estimulada, e articulada no decorrer do Projeto Pedagógico/Curricular da sala ou com o Projeto Educativo da Instituição.

6. O nosso Projeto

A criança desde cedo que, através da interação com a família e com a comunidade, aprende valores e atitudes. Torna-se então importante que se dê continuidade a essas aprendizagens em contexto mais formal, como é o caso da Creche e do Jardim de Infância, e que se proporcionem condições a que essas capacidades se desenvolvam no sentido de se tornarem perduráveis. Isto é, que façam parte de cada criança como sendo duradouras e parte da sua personalidade como Ser em comunidade. Assim sendo, e como ponto de partida, torna-se fundamental definir linhas orientadoras e metas a atingir, tendo em consideração a missão valores e visão defendidos pelo CBESA.

6.1. Princípios Orientadores e Principais Objetivos Institucionais

Missão: O Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA) tem como Missão desenvolver a sua intervenção na área social, educação e saúde, melhorando o bem-estar e condições de vida da população, promovendo a solidariedade, a qualidade de vida e a dignidade humana. Esta missão é desenvolvida por cerca de 137 trabalhadores

que desempenham com profissionalismo as diferentes atividades que compõem o seu dia-a-dia de trabalho.

Visão: Instituição de referência e reconhecida pela qualidade dos seus serviços, baseada no trabalho de equipa e numa gestão sustentável, orientada para a inclusão social consolidando as respostas sociais atuando de uma forma proactiva às necessidades emergentes da comunidade.

Valores: O Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA) rege-se sob os seguintes valores:

- Solidariedade;
- Ética;
- Responsabilidade Social;
- Honestidade;
- Eficácia;
- Eficiência;
- Inovação;
- Diálogo;
- Dedicação;
- Cooperação;
- Profissionalismo;
- Sustentabilidade.

O CBESA é uma Instituição aberta à comunidade envolvente, com uma vasta gama de projetos em curso agindo como uma entidade promotora e parceira de diferentes Instituições e Organismos:

- CLAS – Conselho Local de Ação Social (Rede Social);
- CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens do Concelho de Alcanena;
- CMS – Conselho Municipal de Segurança;
- NACJR – Núcleo de Apoio a Crianças e Jovens em Risco;
- EMIVA – Equipa Municipal de Intervenção de Violência de Alcanena;

- Programa de Emergência Alimentar (Ministério da Solidariedade e Segurança Social);
- FEAC – Fundo Europeu de Auxílio a Carenciadas;
- Projetos Sociais de Apoio e Inserção em parceria com o ISS, IP – Centro Distrital de Santarém, Câmara Municipal, Juntas de Freguesia e IPSS's do Concelho de Alcanena e da região.

6.2. Princípios Educativos

No que respeita ao setor da infância, a Instituição, tem como objetivo primordial formar cidadãos ativos e conscientes, dotados de competências pessoais e sociais distintas, tendo subjacente que cada criança possui características, capacidades, interesses, motivações e histórias de vida próprias. Assim sendo, pretendemos proporcionar a cada criança uma formação integral e diferenciada, tendo em consideração saber fazer, saber ser e saber viver. Pretendemos que o processo de ensino-aprendizagem seja sentido como uma experiência positiva, inovadora e potenciadora de criatividade, associada aos valores de vivência em comunidade. Desta forma, pretendemos que as crianças adquiram o sentido de responsabilidade, da liberdade, da disciplina, do respeito, da persistência, da tolerância para com o outro e da solidariedade. Respeitando a individualidade de cada criança e os seus interesses, pretendemos educar para a tolerância, assim como descobrir significado da palavra solidariedade, de interesse pelos outros e de fazer algo pelos outros, sejam eles quem forem. Pretendemos desenvolver o pensamento crítico, a criatividade, a comunicação, a autonomia e a colaboração, numa sociedade onde cada vez mais existe uma permanente necessidade de adaptação a coisas novas, à mudança, onde se torna essencial o desenvolvimento do sentido crítico e reflexivo, no sentido de potenciar o espírito proactivo, essencial para o futuro das nossas crianças.

6.2.1. Linhas de Ação/Objetivos Estratégicos

LINHAS DE AÇÃO

Objetivos	Objetivos Estratégicos
Famílias	
♦ Assumir como vetores fundamentais: a qualidade, o rigor e	♦ Realizar atividades com a participação das famílias; ♦ Conseguir a presença das famílias no atendimento

a exigência no serviço que presta à comunidade educativa.	individual; ♦ Obter a presença das famílias nas reuniões de pais.
<u>Crianças</u>	
♦ Contribuir para a igualdade de oportunidades no acesso à escola, centrando a ação educativa na aprendizagem globalizante das crianças.	♦ Realizar atividades que envolvam o recurso às novas tecnologias.
♦ Promover uma educação para todos numa perspetiva de sociedade cada vez mais inclusiva.	♦ Realizar reuniões com todos os técnicos e encarregados de educação das crianças com NEE.
♦ Proporcionar o bem-estar e desenvolvimento integral da criança num clima de segurança afetiva e física, durante o afastamento parcial do seu meio familiar através de um atendimento personalizado.	♦ Impulsionar cada vez mais, a segurança das crianças.
♦ Estimular o desenvolvimento global da criança no respeito pelas suas características individuais valorizando o seu ímpeto exploratório e pensamento crítico.	♦ Promover atividades que favoreçam o pensamento crítico e o espírito de investigação.
♦ Incutir comportamentos que favoreçam aprendizagens significativas e diferenciadas.	♦ Realizar projetos, a partir dos seus interesses e motivações.
♦ Garantir que as crianças experimentem sentimentos de pertença à instituição num ambiente de liberdade e de responsabilidade que contribua para um clima escolar saudável.	♦ Realizar instrumentos de trabalho de sala que garantam o sentido de responsabilidade; ♦ Realizar eventos com as crianças em que as crianças têm um papel ativo na atividade.
<u>Comunidade</u>	
♦ Fomentar o espírito de solidariedade, cooperação e entreajuda entre todos os membros da comunidade educativa/escolar.	♦ Organizar atividades de cooperação e entre ajuda, com as outras respostas sociais da Instituição.
♦ Fomentar a inserção em grupos sociais diversos, no respeito pela pluralidade das culturas,	♦ Promover atividades com as crianças focadas em aspetos multiculturais.

favorecendo uma progressiva consciência como membro da sociedade.	
<u>Intervenção em Projetos</u>	
♦ Promover uma educação intercultural e inter-geracional transmitindo valores cívicos, espirituais e morais.	♦ Organizar atividades que promovam dinâmicas intergeracionais.

6.3. Metodologia

De forma a dar uma resposta a estes objetivos e estratégias adotaremos um currículo aberto e flexível. Para que nos permita desenvolver um modelo mais adequado às características, necessidades e interesses individuais das nossas crianças.

7. Projetos a Desenvolver

Anualmente serão desenvolvidos os Projetos Pedagógicos/Curriculares, da responsabilidade da Educadora de cada sala, de acordo com as características e especificidades do grupo. Nestes Projetos estarão previstos os objetivos específicos a atingir dentro de cada área de conteúdo, assim como as estratégias previstas para os atingir.

8. Parcerias/Protocolos

Temos como objetivo Institucional manter e sempre que possível ampliar as parcerias com serviços e instituições da comunidade, de forma a dar continuidade à participação em projetos de âmbito educativo e social. Os protocolos estabelecidos com instituições parceiras em que se promovem ações de formação e informação, são um recurso a dinamizar. Mantêm-se a parcerias com: Junta de Freguesia, Centro de Saúde, Escolas de Formação Profissional, Intervenção Precoce, CPCJ, entre outros organismos locais e nacionais.

9. Divulgação

O Projeto Educativo, como documento que explicita a filosofia da Instituição no seu todo e em particular os seus princípios educativos, evidenciando a missão a visão e

os valores pelos quais nos regemos, deverá ter ampla divulgação entre todos os órgãos e estruturas educativas. O documento em suporte de papel encontra-se acessível para consulta sempre que solicitado.

10. Plano Anual de Ação

Encontra-se em anexo.

11. Horário e Calendário Escolar

O Horário de funcionamento da Creche e do Jardim de Infância é:

Das 7h30m às 19h.

O Horário de funcionamento do CATL é:

Das 7h30 às 10h30, das 12h às 13h30 (período de almoço) e das 16h às 18h30 (conjugado com o horário escolar);

E na falta de professores e durante o período de férias escolares, funcionará das 7h30 às 18h30.

Em cada ano letivo estão previstos 2 dias de encerramento, para além do mês de Agosto. Dias 24 e 31 de Dezembro, dos respetivos anos.

12. Reuniões

Estão previstas as seguintes reuniões, promovidas pela Diretora Pedagógica:

- Reunião quinzenal com a equipa pedagógica – Educadoras de Infância;
- Reunião trimestral com a equipa de ajudantes de Ação Educativa;
- Reunião trimestral com equipas de limpeza e cozinha.

Estão previstas reuniões com os pais, da responsabilidade de cada Educadora e de acordo com as necessidades sentidas, sendo que pelo menos se devem realizar duas reuniões por sala:

- Uma no Primeiro Período do ano letivo, de forma a dar conhecimento do Projeto Pedagógico/Curricular de grupo e de outros assuntos importantes para o ano letivo;

- Uma no terceiro período para dar conhecimento do trabalho que foi realizado com o grupo e da sua respetiva evolução, e outros aspetos que a Educadora considere relevantes.

Sempre que julgue necessário, cada Educadora pode promover reunião de pais do seu grupo.

13. Avaliações

Estão previstas avaliações a níveis:

- Pela Diretora Pedagógica é realizada anualmente a Avaliação de Desempenho de todas as funcionárias da Creche, Jardim de Infância e CATL;
- Por todas as funcionárias, é realizada a autoavaliação do seu desempenho;
- Pelas Educadoras da Creche é realizada anualmente a avaliação do desenvolvimento de todas as crianças, com os respetivos registos;
- Pelas Educadoras do Jardim de Infância é realizada trimestralmente a avaliação de todas as crianças, com os respetivos registos;
- Pelas Educadoras de Infância, é avaliado anualmente o Projeto Pedagógico do ano em curso, sendo realizado o Relatório Final de Atividades de sala;
- É realizada a avaliação anual do decorrer do ano, com elaboração do respetivo relatório, pela Diretora pedagógica.

13.1. Avaliação do Projeto

A avaliação deste projeto compete à equipa do Serviço de Infância. No término deste projeto será feita a avaliação com base nos seguintes parâmetros:

- Conformidade do Plano Anual de Ação com o Projeto Educativo Institucional;
- Articulação do Projeto Educativo Institucional com os Projetos Curriculares e Projetos Pedagógicos de grupo;
- Grau de participação dos Encarregados de Educação na vida escolar dos utentes;
- Linhas de Ação/Objetivos/Objetivos Estratégicos: - Atingidos; - Não atingidos.

As avaliações de desempenho e dos vários projetos, quer educativos quer pedagógicos/curricular, têm sempre como objetivo a possibilidade de melhoria, quer ao nível de qualidade de trabalho, quer na organização das equipas e no trabalho inter-equipas.

Essa melhoria também é procurada na avaliação que cada educadora faz do seu trabalho e projeto pedagógico/curricular, podendo definir novas estratégias ou repensar e adaptar as que utilizou, para melhor poder atingir os seus objetivos.

É esta dinâmica “projeto – avaliação – novo projeto”, que promove por parte de todos os colaboradores a vontade de alcançar e melhorar os objetivos a que nos propomos.

Plano de Ações

Calendarização	Atividades Previstas	Objetivos	Intervenientes
Setembro	♦ Receção às crianças: Primeiro dia de atividades assinalado em cada sala com atividades de escolha livre e jogos diversos; ♦ Momentos recreativos em grupo.	♦ Promover o acolhimento das novas crianças e a sua integração no grupo; ♦ Conhecer os diversos espaços da Instituição.	♦ Toda a equipa do CBESA; ♦ Crianças.
Setembro/ Outubro	Atividades diversificadas de livre expressão e comunicação, que permitam o conhecimento e a integração de cada criança no grupo. ↳ Apresentação de histórias; ↳ Conversas em grupo sobre temáticas espontaneamente introduzidas pelas crianças; ↳ Processo de marcação de objetos pessoais (cabides, pastas de arquivo de trabalhos).	♦ Conhecer os diversos elementos de cada grupo (relação criança/adulto e relações entre pares); ♦ Aprender a usar e explorar corretamente os materiais e equipamentos das salas de atividade e os restantes espaços; ♦ Adquirir e respeitar normas básicas de segurança e hábitos de higiene, horários e rotinas específicas da organização educativa; ♦ Promover atividades de autonomia e de responsabilização pelos materiais e objetos pessoais.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.



22 Setembro – Início do Outono (ao longo da estação)	♦ Vivências associadas ao clima, suas mudanças e respetivos quadros de vida, mudanças de tempo observáveis em diversas partes do Planeta, nesta época, particularmente com a chegada do Outono; exploração de quadros de vida e outros conteúdos relacionados com os diversos climas; ♦ Atividades de observação orientada e recolha de elementos naturais típicos da época.	♦ Ajudar as crianças a descobrir aspetos particulares do meio ambiente natural; ♦ Observar, identificar e descrever as principais mudanças ocorridas no ambiente natural; ♦ Associar as diversas atividades quotidianas às alterações do clima que vão ocorrendo; ♦ Promover nas crianças o questionamento relativamente aos fenómenos naturais que ocorrem; ♦ Conhecer e nomear as principais características do Outono – comparar com outras estações do ano; ♦ Conhecer e nomear os principais frutos que se colhem nesta época do ano.	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Educadoras e Auxiliares de ação educativa de Creche; ♦ Crianças.
16 de Outubro Dia Mundial da Alimentação (Semana de 14 a 18 de Outubro)	Assinalar o dia Mundial da Alimentação: ♦ Vivenciar o dia proporcionando atividades de experimentação, que sensibilizem para a alimentação saudável.	♦ Estimular capacidades de reflexão por parte das crianças, relativamente à Alimentação mais adequada; ♦ Compreender as razões porque não se deve abusar de certos alimentos; ♦ Incentivar a criação de hábitos de alimentação saudável;	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
Semana de 23 a 31 Outubro	Explorar de forma livre e acessível às crianças o Dia das Bruxas – atividades a realizar nas salas; ♦ Decorar as salas ou outros espaços do JI, com motivos alusivos ao evento; ♦ Explorar de forma livre e acessível às crianças o Dia de todos os santos; ♦ Confeção de pequenas receitas culinárias como	♦ Conhecer outros hábitos e experiências culturais; ♦ Contribuir para a compreensão e aceitação de diferentes formas de estar e novos saberes. ♦ Conhecer outros hábitos e experiências culturais; ♦ Conhecer a aplicação de frutos do Outono na confeção das broas.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças; ♦ Cozinheira e auxiliares de cozinha.



	bolachinhas ou broas, alusivas à época.		
De 06 a 11 Novembro	Comemorar o dia de S. Martinho e vivenciar o Magusto. ♦ Exploração da Lenda de S. Martinho; ♦ Realização da festa do magusto.	♦ Respeitar tradições e valores culturais próprios da nossa região; ♦ Proporcionar momentos de encontro e convívio entre adultos e crianças.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças; ♦ Cozinheira e auxiliares de cozinha.
Dia 14 Novembro	♦ Assistir ao Teatro “Os Ratinhos e o Rei”.	♦ Fomentar o interesse pelo teatro e pela expressão dramática; ♦ Expor a criança a diferentes formas de arte; ♦ Promover o pensamento crítico e a comunicação.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças; ♦ Teatro Caracol.
De 18 a 22 de Novembro	Assinalar o dia do pijama e os direitos das crianças. ♦ Vivenciar o dia 20 de Novembro, proporcionando atividades de sensibilização para a importância dos direitos das crianças e de ter uma família.	♦ Despertar nas crianças atitudes e valores de respeito e solidariedade.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
A partir de 20 de Novembro e durante o mês de Dezembro	Projeto de natal ♦ Recolha de propostas de cada grupo para a concretização de um projeto de natal, com participação dos pais; ♦ Explorar, de forma criativa, alguns materiais recuperáveis, desperdícios, de forma a estimular o aproveitamento de materiais; ♦ Decorar os espaços do Centro Educativo com trabalhos efetuados pelas crianças; ♦ Criar e explorar poesias, rimas e canções alusivas ao Natal; ♦ Cada grupo, de acordo com o seu projeto curricular,	♦ Despertar nas crianças atitudes e valores de respeito e solidariedade; ♦ Compreender o símbolo do Natal; ♦ Sensibilizar as crianças acerca da Educação para o consumo.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL ♦ Crianças.



	confecionam um presente de Natal para os pais/família; ♦ Festa de Natal a realizar-se no Centro Educativo, na qual participarão todas as crianças do CBESA, com apresentações desenvolvidas pelas crianças do JI e do CATL.		
06 Janeiro	♦ Cantar os reis: Deslocação dos meninos de pré-escolar às diversas salas de Creche.	♦ Preservar e vivenciar tradições; ♦ Conhecer e contatar instituições e recurso próprios do meio próximo.	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de e JI; ♦ Crianças.
Durante o mês Janeiro	Vivências do inverno: ♦ Vivências associadas ao clima, suas mudanças e respetivos quadros de vida, mudanças de tempo observáveis em diversas partes do Planeta, nesta época, particularmente com a chegada do inverno; exploração de quadros de vida e outros conteúdos relacionados com os diversos climas.	♦ Observar e descrever as mudanças do estado de tempo.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
Fevereiro	♦ Participação no Desfile de carnaval promovido pelo município; ♦ Colaboração entre as várias salas para a decoração dos espaços e placares do Centro Educativo; ♦ Colaboração das famílias na preparação dos fatos para o desfile; ♦ Criação de máscaras e adereços a utilizar no Carnaval; ♦ Festa de carnaval no próprio CBESA.	♦ Desenvolver capacidades ao nível da representação criativa; ♦ Expressar escolhas, tomadas de decisão e participar em planos.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
19 Março	♦ Vivências do Dia do pai: Elaboração, com cada grupo de crianças, de uma prenda para os pais, assim como de um postal alusivo, com mensagem.	♦ Fortalecer laços familiares; ♦ Incentivar a participação das crianças em processos de tomada de decisão.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
21 Março	♦ Vivências do Dia Mundial da Floresta: ♦ Assinalar o evento, com a	♦ Sensibilizar as crianças para os cuidados com as árvores e a floresta;	♦ Educadoras de Creche e JI;



	plantação de uma árvore no espaço exterior do Centro Educativo; ♦ Realização de atividades de germinação e plantação em vasos; ♦ Elaboração de desdobrável e/ou postais alusivos a esta iniciativa.	♦ Observar a necessidade da água como elemento fundamental para o desenvolvimento das plantas para o meio ambiente em geral; ♦ Identificar e compreender a importância das árvores na vida dos seres humanos.	♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
Março /Abril	Projeto de Páscoa / Primavera ♦ Explorar os vários símbolos relativos à quadra; ♦ Exploração de canções e poemas; ♦ Decoração dos Espaços do Centro Educativo com motivos relacionados com a quadra; ♦ Construção de painéis.	♦ Observar a natureza e principais alterações no estado do tempo; ♦ Estabelecer associações com novas atividades nos campos e com novas rotinas entre as pessoas; ♦ Explorar as tradições locais, lendas e costumes; ♦ Identificar as principais características da primavera.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL; ♦ Crianças.
30 Abril a 04 de Maio	Vivências do Dia da Mãe: ♦ Atividades a estabelecer pela equipa educativa do CBESA, de acordo com a evolução dos respetivos projetos curriculares de turma/sala; ♦ Elaboração, com cada grupo de crianças, de uma prenda para as mães.	♦ Fortalecer laços familiares.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL; ♦ Crianças.
Maio 2019 - Quinta-feira da ascensão	♦ Explorar os vários símbolos relativos à quadra; ♦ Saída à comunidade, para apanhar os diversos elementos que compõem o ramo da espiga; ♦ Elaboração de mensagem/poema alusiva ao tema.	♦ Explorar as tradições locais, lendas e costumes; ♦ Identificar os principais componentes do ramo da espiga, assim como o simbolismo associado.	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Crianças.
1 de Junho	Vivências do Dia Mundial da Criança ♦ Atividades específicas a definir com a equipa do CBESA; ♦ Participação nas iniciativas elaboradas pelo Município.	♦ Criar oportunidades de convívio e de divertimento.	♦ Educadoras de Creche e JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de Creche e JI; ♦ Crianças.
Junho	Santos Populares ♦ Atividades específicas a	♦ Recrear tradições populares.	♦ Toda a comunidade Educativa;

	definir com a equipa do CBESA.		♦ Crianças.
Junho	Passeio escolar de final de ano - Local a designar		♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Animador Sócio Cultural e desportivo e Auxiliares de ação educativa de CATL; ♦ Crianças.
Final de Junho	Festa de final de ano: ♦ Participação e apresentações de todas as crianças do CBESA, excetuando-se o berçário, para os pais.	♦ Criar oportunidades de convívio e de divertimento.	♦ Toda a comunidade Educativa; ♦ Crianças.
Durante o ano lectivo (em datas a definir)	Desenvolvimento de um programa de competências emocionais, para as crianças de pré-escolar.	Criar oportunidades de reflexão, através do jogo, com vista a promoção de competências emocionais.	♦ Educadoras de JI; ♦ Auxiliares de ação educativa de JI; ♦ Crianças; ♦ Psicóloga: Patrícia Fonseca.

Diretora Pedagógica

Dr.ª Marlene Jorge

PLANO DE AÇÃO DE ANIMAÇÃO DESPORTIVA

Centro Educativo

Os Jardins de Infância têm um elevado potencial para influenciar os comportamentos das crianças e jovens, incluindo a sua atividade física e desportiva. Por esta razão, os jovens em idade escolar constituem para a Instituição um grupo-alvo prioritário das políticas de promoção da saúde, designadamente no âmbito da Expressão Física e Motora. Esta deve ter como principal objetivo transmitir conhecimentos, atitudes e habilidades motoras essenciais, como o equilíbrio, a coordenação e o manuseamento de material desportivo.

Expressão Física e Motora

Descrição: aulas de atividade física compostas por aquecimento, parte fundamental e relaxamento. Estas aulas são realizadas com o auxílio de materiais didáticos como bolas, arcos, colchões, pinos, bancos, paraquedas, entre outros materiais.

Periodicidade: de Outubro de 2019 a Junho de 2020

Creche:

Sala dos Traquinas (aula realizada na sala), Quartas das 10h00 às 10h30;

Sala Azul (aula realizada na sala), Quartas das 10h40 às 11h10.

Periodicidade: de Outubro de 2019 a Junho de 2020

Jardim de Infância:

Sala Verde (aula realizada na sala multiusos), Terças das 10h00 às 10h50;

Sala Vermelha (aula realizada na sala multiusos), Segundas das 10h00 às 10h50.

Objetivos: Apendicular novas habilidades; Melhorar a postura corporal; Conhecer e dominar os movimentos do corpo; Promover o desenvolvimento psico-motor; Conhecer e dominar os materiais didáticos utilizados nas aulas.

Adaptação ao Meio Aquático

Descrição: Aulas de contacto com o meio aquático utilizando as Piscinas Municipais de Alcanena e matérias didáticos tais como ringues, mini-pranchas, esparguetes, entre outros materiais.

Periodicidade: De Janeiro de 2020 a Junho de 2020, Quintas das 10h às 11h.

Objetivos: Melhorar o relacionamento com o meio aquático; Promover a autonomia no meio aquático; Potenciar o equilíbrio hidrodinâmico com todos os materiais didáticos utilizados.

Técnico Superior de Animação Desportiva e Cultural

Dr. Tiago Madeira

PLANO DE AÇÃO DO HOSPITAL E PSICOLOGIA

O plano de ação é um instrumento fundamental para definir estratégias de atuação, programar ações e mobilizar recursos, e pretende definir as principais linhas para o ano 2020.

Ao longo dos anos, o Hospital tem conseguido manter a sua própria sustentabilidade, uma vez que tem o serviço de Medicina Interna, ou seja, o regime de internamento de doentes, com a capacidade para 32 camas todas ocupadas. É importante fazer referência que estas funcionam, quer em regime particular, onde é praticada a diária de 40,00 euros, e também, através de Acordos de subsistemas de saúde, nomeadamente, ADSE, ADM, ADMG e SAD, com os quais, o hospital trabalha ao longo dos anos.

Todos os beneficiários do regime da ADSE carecem de um pedido de autorização de deferimento por parte da entidade que as tutela, bem como, o respetivo relatório médico e exames complementares de diagnóstico, de forma, a justificarem o internamento. Este poderá ir de 30 dias consecutivos, até ao máximo de 90 dias, consoante as necessidades de cada utente, se assim se justificar. Os mesmos podem ainda permanecer nesta resposta social (Hospital) enquanto aguardam vaga na Unidade de Cuidados Continuados, apresentando o comprovativo da inscrição, bem como o pedido do médico. Todos estes dados serão introduzidos na própria plataforma da ADSE, aguardando o seu despacho.

Assim sendo, tem que se repensar novas alternativas, das quais destaca-se as seguintes:

- Promover protocolos com as principais seguradoras (AdvanceCare, tranquilidade, Lusitânia, MultiCare, Saúde Prime, entre outras);
- Implementar novas consultas de especialidade, nomeadamente reumatologia.

FISIOTERAPIA

A especialidade de fisioterapia tem tido grande afluência de utentes. Este serviço é aberto à comunidade mas também tem em vista:

1. Promoção da autonomia dos doentes internados/utentes

- a) Implementar procedimentos facilitadores de recuperação de capacidades funcionais e/ou cognitivas, que conduzam a maior autonomia possível;
- b) Prevenir, retardar ou compensar o aumento da dependência.

2. Prevenir quedas dos doentes/utentes

- a) Avaliar o risco de quedas e fraturas;
- b) Manter/melhorar a mobilidade geral dos utentes;
- c) Identificar barreiras arquitetónicas e outros fatores de risco e tentar minimizá-los/eliminá-los;
- d) Melhoria do estado geral de mobilidade.

3. Promoção da mobilidade dos doentes internados

- a) Avaliar o risco de quedas e fraturas;
- b) Minimizar a permanência prolongada na cama;
- c) Promover o exercício individual e em grupo;
- d) Melhorar o estado de nutrição;
- e) Supervisionar a marcha e transferências.

Todos os serviços prestados e as atividades desenvolvidas visam garantir o bem-estar, o conforto, a qualidade de vida e a segurança dos utentes, bem como contribuir para a prevenção, estabilização e retardamento do processo de dependência.

É intenção do Hospital colocar em prática, para o próximo ano, a iniciação de aulas de preparação e recuperação do parto.

SALA DE SNOEZELEN

A sala de Snoezelen tem como finalidade a estimulação sensorial/relaxamento a utentes com problemas de vários níveis (por ex. AVC, demência, ansiedade, entre outras), contribuindo para preservar e/ou melhorar o desempenho das funções cognitivas, como sejam a memória, a atenção, o raciocínio, a capacidade de resolução de problemas.

Esta terapia faz apelo direto à estimulação pelos sentidos, desta forma fornece experiências multissensoriais simplesmente ajustando a iluminação, a atmosfera, os sons e estruturas para as necessidades específicas do paciente no momento do uso.

No próximo ano, pretende-se alargar a sala de Snoezelen aos funcionários do CBESA, pois os mesmos deparam-se diariamente com um desgaste físico e emocional perante a população alvo com que lidam diariamente (Idosos, Crianças e utentes da Casa Abrigo) provocando um impacto significativo na saúde.

RELIGIÃO

A religião fornece benefícios para a saúde mental, contribuindo para uma atitude positiva e promissora sobre a vida e a doença, levando a melhores resultados, bem como, a uma maior capacidade para lidar com a doença e a incapacidade.

Neste sentido, pretende-se dar continuidade à Celebração da Palavra e Comunhão por parte das voluntárias da Igreja. Para além disto, e em concordância com o Sr. Padre Carlos, dar-se-á início à Celebração da Missa à quinta-feira de forma quinzenal (às segundas e quartas semanas do mês), nas instalações do Hospital.

Missão

- Assegurar um conjunto de cuidados de saúde e/ ou apoio social, promovendo a autonomia e melhorando a funcionalidade da pessoa em situação de dependência, através de um processo ativo e contínuo de reabilitação, readaptação e reinserção familiar e social;
- Garantir o acesso a cuidados de saúde de qualidade, adequando os recursos disponíveis às necessidades dos utentes.

Valores

- Humanização dos cuidados, garantindo o respeito pela Dignidade da Pessoa, pela consideração e respeito da sua individualidade, à confidencialidade da informação clínica, à preservação da identidade; à não discriminação, ao esclarecimento sobre a sua situação de saúde para que possa decidir de forma

livre e consciente (sempre que possível) sobre a concretização do Plano de Intervenção que lhe é proposto;

- Responsabilidade Social, pelo investimento permanente nos seus meios humanos, no ambiente e nas parcerias com a comunidade;
- Continuidade e Proximidade de Cuidados, procurando responder às necessidades de cuidados numa perspetiva articulada de intervenção e articulação com outras Entidades de apoio à saúde, nas vertentes complementares às Instituições de Saúde (Hospitais Públicos);
- Rigor e transparência no sentido de estabelecer um relacionamento rigoroso e transparente com todos os intervenientes, consolidando assim a credibilidade institucional;
- Solidariedade, atuando com carácter solidário na e para a comunidade;
- Participação, através do trabalho em equipa, da responsabilidade pessoal e confiança.

Objetivos

- Melhoria contínua da qualidade na prestação de cuidados e na gestão e organização da resposta social;
- Satisfação dos utentes em relação aos serviços prestados;
- Desenvolvimento das competências técnicas, sociais e pessoais dos colaboradores através de programa de formação contínua;
- Satisfação dos profissionais em relação ao ambiente de trabalho e clima organizacional;
- Diminuição do risco de situações de exclusão social e desigualdade social, principalmente na população idosa;
- Assegurar qualidade de vida a quem a perdeu e não a pode recuperar, tentando fazer com que os utentes não sejam deslocalizados; evitando o incómodo para as famílias e aproximando-os e envolvendo-os no processo de recuperação;
- Promover uma adequada articulação com outras Entidades de apoio à saúde, nas vertentes complementares às Instituições de Saúde (Hospitais Públicos);

- Diversificar e aumentar a oferta de consultas de especialidade, bem como a realização de meios complementares de diagnóstico;
- Alargar as consultas de especialidade, nomeadamente reumatologia e aulas de preparação e recuperação de Parto.

OBJETIVOS PARA O ANO 2020:

Objetivos Gerais:

- 1) Valorizar as chefias intermédias, conferindo maior autonomia e responsabilização;
- 2) Aprofundar os níveis de qualidade;
- 3) Melhorar os circuitos de informação;
- 4) Contribuir para a eficiência económico-financeira.

Objetivos Específicos:

- 1) Otimizar em termos de eficiência, procurando reduzir custos quer ao nível de consumo clínico, quer ao nível de Recursos Humanos;
- 2) Melhorar/manter os cuidados prestados;
- 3) Melhorar os registos do Plano Individual de cuidados dos doentes;
- 4) Manter as reuniões com os colaboradores com periodicidade mensal;
- 5) Manter e diferenciar um plano de formação contínua para todos os colaboradores que integram a equipa de trabalho, de modo a aumentar a “performance”;
- 6) Lançar um Programa de Prevenção de Quedas;
- 7) Aplicar técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte utilizando diferentes ajudas técnicas, tendo em conta as orientações do profissional de saúde, a capacidade do indivíduo e os princípios de Ergonomia e riscos associados;
- 8) Manter uma relação estreita com o Centro de Formação Profissional ou outras Empresas credíveis que visem a diferenciação progressiva da equipa nas seguintes áreas:
 - a) Síndromes Geriátricas e Demências;
 - b) Noções Básicas de Socorrismo;
 - c) Prestação de Cuidados Básicos de Saúde;

- d) Posicionamento do doente acamado;
- e) Gestão em saúde;
- f) Qualidade em Saúde.

Investimentos

- Investir em mais equipamento para a prevenção de úlceras de pressão;
- Aquisição de resguardos para camas laváveis, de forma, a poupar a lavagem de lençóis;
- Adquirir um maior número de dispositivos de mobilidade (cadeiras de rodas);
- Na cozinha, fazer uma proteção de forma a esconder o cifão, de forma a evitar os maus cheiros;
- Remodelação dos vestiários das funcionárias e aquisição de cacifos;
- Alargamento de consultas de especialidade, nomeadamente, aulas de preparação e recuperação de parto;
- Criação de uma Saída de Emergência;
- Aquisição de cortinas de separação nos quartos dos utentes, preservando a privacidade;
- Fardas (equipamento de proteção individual);
- Aquisição de atalhados de banho para os utentes, bem como babetes;
- 4 Cadeirões de conforto;
- 8 Colchões anti-escaras;
- 6 Mesas de apoio às refeições;
- 1 Carrinho de apoio às higiènes;
- Substituição do telhado do edifício devido as infiltrações;
- Colocação de uma vedação/gradeamento ao longo do muro circundante;
- Janelas de proteção, para maior segurança dos utentes;
- Criação do gabinete de apoio ao cuidador.

Utentes e Família

Promover o envolvimento da família nos cuidados do doente e no seu processo de recuperação, bem como no quotidiano da resposta social enquanto cuidador

informal, respeitando sempre os valores próprios de cada família e a sua singularidade. Promover a coesão familiar através da participação ativa dos familiares nas atividades dinamizadas.

Formação dos Recursos Humanos

A qualidade dos cuidados prestados depende essencialmente dos recursos humanos de que dispõe, quer em número quer em diferenciação. A aposta em recursos humanos de qualidade, bem como a formação contínua permite a atualização permanente de forma a alcançar a satisfação, sendo este um dos fatores de sucesso. Sabemos que os recursos humanos são a fatia dispendiosa do ponto de vista financeiro, mas permite economias finais relevantes. Importa por isso desenvolver uma política de recursos humanos na Instituição que garanta estabilidade e segurança aos profissionais.

Pretende-se **COLOCAR EM PRÁTICA O MANUAL DE FUNÇÕES**, onde se avalia as competências de cada colaborador da Instituição.

É ainda crucial e fundamental dar a conhecer a todos os colaboradores o **MANUAL PARA A GESTÃO DE ABUSOS, NEGLIGÊNCIA E MAUS TRATOS**.

Avaliação de desempenho

Importa ainda acrescentar que está a ser implementado na Instituição, desde 2018, um sistema de avaliação de desempenho, com o apoio de uma Empresa externa, credibilizada para o efeito. Foram realizadas reuniões de trabalho, não só para dirigentes como também para diretoras técnicas e colaboradoras dos diversos sectores/respostas sociais. A implementação do sistema de avaliação de desempenho será testada no ano 2020.

Os principais objetivos da avaliação de desempenho são: estimular e incentivar o crescimento profissional e o desenvolvimento de novas competências; e promover a autoavaliação do seu desempenho.

PSICOLOGIA

A Psicologia tem vindo a demonstrar ser uma mais-valia na intervenção com os utentes internados, sobretudo para diminuir a dor e sofrimento inerentes ao internamento e à sua dependência; para auxiliar na readaptação a esta nova realidade bem como combater sentimentos de solidão e promover a estimulação cognitiva. Deste modo, pretende-se continuar a contribuir para o bem-estar e melhoria da qualidade de vida dos utentes.

Integração do Utente

Aquando a entrada de um novo utente nesta resposta social, é fundamental que o Psicólogo auxilie na mesma, de modo a diminuir o impacto da hospitalização/institucionalização e aumentar o sentimento de pertença. Assim, será realizado um acompanhamento na sua entrada de modo a compreender como está a ser a sua adaptação.

Avaliação e Acompanhamento Psicológico

Sempre que haja necessidade de um utente ser acompanhado a nível psicológico, seja por alguma revolta, sentimento de culpabilização, solidão, dificuldade na readaptação da sua situação de saúde, em casos de demência, ou outros, será realizada uma avaliação e respetivo acompanhamento onde se irá:

- Promover estratégias para a gestão emocional;
- Avaliar o estado cognitivo e emocional (para avaliar a necessidade e intervenção);
- Diminuir a ansiedade;
- Diminuir o estado depressivo;
- Estimular cognitivamente;
- Aumentar a auto-estima;
- Combater a solidão.

Livro “Memórias do Baú”

Em conjunto com as várias respostas sociais do CBESA, nomeadamente Hospital, SAD, ERPI e Centro de Dia, continuar-se-á a recolher histórias e tradições dos idosos, consoante os vários meses do ano. O lançamento do livro está programado para Junho de 2020, no aniversário da Instituição.

Gabinete de Apoio ao Cuidador

O envelhecimento demográfico tem vindo a aumentar e, embora o envelhecimento não signifique doença, é um facto que o índice de dependência dos idosos em Portugal se tem expandido nos últimos anos. Isto acresce a necessidade da prestação de cuidados para esta população e, consequentemente, de cuidadores capazes de exercer esta atividade, tanto em contexto formal (prestação de um serviço por parte de um profissional), como informal (assistência nos cuidados, de forma não remunerada e sem vínculo contratual, geralmente fornecida por um familiar ou outra pessoa próxima).

Muitos são os desafios e dificuldades com os quais o cuidador se pode deparar na sua atividade. Cuidar do outro, embora acarrete aspetos muito positivos a nível pessoal, pode ter impacto significativo na qualidade e estilo de vida de quem cuida, desde a sua saúde física e psicológica, até à sua vida social. Para garantir a qualidade e competência na prestação de cuidados, é necessário dar oportunidade de apoio e formação diferenciada, que permita ao cuidador adquirir um bem-estar e competências necessárias para prestar um melhor serviço junto dos idosos.

O conceito Gabinete de Apoio ao Cuidador surge do princípio que para cuidar do idoso, temos de cuidar do cuidador. É neste pensar de cuidar de quem cuida que surge o nosso serviço de apoio ao cuidador formal e informal, focado no bem-estar individual e na promoção de um conjunto de competências transversais relacionadas com a sua atividade – o ato de cuidar.

A ideia deste projeto centra-se no Apoio Psicológico e Formação do Cuidador da Pessoa Idosa. Esta intervenção pretende colmatar algumas necessidades com as quais os cuidadores se deparam; nomeadamente a gestão

de sintomatologia psicológica associada ao processo de cuidar, como o *stress* e ansiedade, gestão do tempo e das relações familiares e sociais, desenvolvimento de estratégias de *coping* e de manutenção da saúde física e mental, bem como necessidades relacionadas com a informação e conhecimento (Melo, Rua & Santos, 2014; Sousa et al., 2017).

Para além da sobrecarga física e emocional, poderá ser também um desafio a interação com o idoso e familiares, a dificuldade de organização e planeamento de atividades e a necessidade de formação, no caso dos cuidadores formais (Barbosa, Cruz, Figueiredo, Marques & Sousa, 2011).

Deste modo, o Gabinete de Apoio ao Cuidador propõe-se a fornecer aos cuidadores o apoio psicológico e a formação que necessitam de forma a promover o seu bem-estar e competência neste papel. O serviço estender-se-á também a técnicos e à comunidade enquanto cuidadores. Pretende-se, assim, que consista numa intervenção em Gabinete (instalações próprias) e ao Domicílio, bem como a outras entidades/comunidade.

Em suma, algumas destas respostas passam por prestar apoio psicológico individual, de grupo e familiar, ao cuidador formal e informal do idoso, ações de formação, *workshops* a técnicos e cuidadores que intervenham na área de prestação de cuidados a idosos e, ainda, fornecer um serviço de supervisão aos cuidadores formais.

Com este projeto, poderá ir-se mais além na prestação de serviços de excelência que o CBESA presta.

Outras Atividades

Além das atividades acima referidas, pretende-se:

- Colaborar nas diferentes atividades da Instituição, bem como nas atividades em conjunto com as diferentes respostas sociais;
- Envolver a família nas diferentes atividades de modo a reforçar os laços familiares;
- Promover encontros intergeracionais;
- Dar apoio informativo e formativo às funcionárias e familiares;

- Participar em reuniões de equipa;
- Celebrar datas comemorativas e significativas para os utentes.

1. Quadro de Ação: Objetivos e Metas do Hospital

Objetivo Estratégico		Aumentar o grau de satisfação das Partes Interessadas						
Objetivos operacionais		Indicadores	Metas	Fonte	Atividades Estratégias	Recursos a Envolver		
						Humanos	Materiais Logísticos	Financeiros
Aquisição de material de prevenção e conforto		Nº de material adquirido	8 Colchões anti-escaras; 6 mesas de apoio às refeições; 1 carrinho de apoio às higienes; 4 Cadeirões relax.	Faturas; Requisiçõ es.	Levantamento das necessidades dos utentes; Solicitação de propostas; Adjudicação das mesmas.	Diretora Técnica; Diretora Geral; Membros da Direção.	-----	Proposta Pedida
Adquirir materiais para o equipamento de Proteção individual		Nº peças adquiridas	15 Fardas; 15 Calças; 15 Polares; 20 Placas de identificaç ão Pessoal	Registos individuais de EPI	Ações de levantamento dos tamanhos; Adjudicação das propostas; Aplicação de novos EPI's.	Diretora Técnica; Diretora Geral; Membros da Direção.	EPI's; Equipament o informático.	Proposta pedida
Promover cuidados de saúde primários em utentes internados com elevado grau de dependência		% de redução de utentes com úlceras de pressão	Reduzir em % o aparecime nto de úlceras de pressão	Registos de enfermag em	Posicionamen tos adequados ao estado físico do utente; Identificar utentes com potencial risco de úlceras de pressão; Aquisição de material preventivo e equipamento.	Equipa multidisciplinar e ajudantes de enfermari a	Ajudas técnicas e colchões anti-escaras	Material existente
Adquirir atalhados		% de atalhados	32 Resguardos	Fatura; Requisiçã	Levantamento das	Direção Técnica;	Atoalhados	Proposta pedida

	solicitados/ adquiridos	para camas; 32 Colchas de camas; 60 Babets; 60 Toalhas de banho; 60 Toalhas de rosto.	o interna.	necessidades; Solicitação de propostas; Adjudicação das propostas.	Diretora Geral; Membros da Direção.		
Melhorar desempenho	Nº de colaborado res com bom desempenh o; Total de pessoas avaliadas.	Pelo menos 80% de pessoas com bom desempen ho.	Avaliação de desempe nho	Realizar a avaliação desempenho	Colaborad ores	Impressora; Computador ; Papel.	Não aplicável
	Nº de colaborado res a frequentar as sessões de Snoezelen	Melhorar em 50% o desempen ho dos colaborad ores.	Registos das sessões de Snoezelen	Sessões de Snoezelen	Psicóloga; Colaborad ores.	Sala de Snoezelen.	Não aplicável

2. Quadro de Ações Lúdicas, Recreativas e Culturais

Ações	Objetivos	Cronograma	Recursos a Envolver		
			Humanos	Materiais Logísticos	Financeiros
Dia do Aniversário	Celebração do dia de aniversário. Aumentar o sentimento de pertença.	Todo o ano	Utentes Familiars Direção	-----	-----
Festa da Páscoa	Proporcionar um momento de reflexão espiritual e religioso aos idosos – Celebração da Missa. Promover a coesão familiar através de lanche convívio com	8 Abril	Utentes Familiars Direção	Lanche Lembranças	-----

	famíliares e utentes.				
Dia da Família	Aumentar a coesão familiar através de um convívio entre famíliares e utentes.	15 Maio	Utentes Famíliares Direção	Lanche	-----
Dia dos Avós	Promover a coesão familiar lanche/convívio entre famíliares e utentes. Promover encontro intergeracional com as crianças do Jardim de Infância.	27 Julho	Utentes Funcionários Direção Famíliares/Netos Crianças do Jardim de Infância	Lanche Lembranças	-----
Festival das Sopas	Promover o convívio entre idosos das várias respostas sociais e respetivos famíliares. Sensibilizar a comunidade para a problemática inerente.	19 Setembro	Utentes Funcionários Famíliares Direção Comunidade Restaurantes	Sopas Loiças Mesas/Cadeiras	-----
Dia do Idoso	Valorizar a velhice e promover um envelhecimento ativo e saudável. Proporcionar uma tarde diferente.	1 Outubro	Utentes Funcionários Famíliares Direção	Lanche Grupo Musical	-----
Dia de Todos os Santos	Relembrar tempos antigos, costumes e manter hábitos presentes. Entrega de broas.	2 Novembro	Utentes Funcionário Direção	Broas	-----
Magusto	Reviver a tradição do Magusto; partilha e convívio entre funcionários, famíliares e idosos.	11 Novembro	Utentes Funcionários Famíliares Direção	Castanhas	-----

Festa de Natal	Reforçar laços afetivos com familiares. Promover o sentimento de união e amor entre idosos e familiares. Convívio entre idosos e familiares.	Dezembro	Utentes Funcionários Familiares Direção	Lanche Lembranças	-----
-----------------------	--	----------	--	----------------------	-------

NOTA: Todas as atividades propostas podem sofrer alterações, podendo ter de ser adiadas ou alteradas, tendo sempre em conta a vontade e disponibilidade dos utentes.

Diretora Técnica: Técnica Superior de Serviço Social - Dr.ª Ana Carla Gonçalves

Técnica Superior de Psicologia - Dr.ª Patrícia Fonseca Lopes

PLANO DE AÇÃO DE FISIOTERAPIA

Introdução

A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que em 2025 existam cerca de 1,2 biliões de pessoas com mais de 60 anos em todo o mundo. Portugal não foge à regra apresentando taxas elevadas de envelhecimento, tal como acontece na maioria dos países desenvolvidos.

O índice de envelhecimento em 2018 foi de 157,4%, enquanto em 1961 era de 27,5%. O índice de longevidade em 2018 foi de 48,4%, enquanto em 1961 era 33,6%, o que nos mostra claramente o aumento da esperança média de vida, o aumento do número de idosos no nosso país, e com ele o aumento de todas as patologias associadas.

Com o aumento do envelhecimento no nosso país aumentam proporcionalmente as despesas com a saúde, no ano 2000 foram gastos 10.758.798€, já em 2018 o orçamento aumentou para 18.345.065€, apresentando uma tendência crescente. A aplicação de políticas de envelhecimento ativo e prevenção em saúde tornam-se cada vez mais importantes para a promoção da saúde, na tentativa de diminuir as comorbidades da população, e consequentemente os gastos em saúde.

Atualmente os governos têm lançado políticas de vida saudável e envelhecimento ativo, procurando melhorar a qualidade de vida não só dos idosos mas da população em geral, tentando que estes atinjam uma maior longevidade mantendo qualidade de vida, e diminuindo o aparecimento de doenças. Aposta-se cada vez mais na manutenção dos idosos em suas casas, uma vez que não existe resposta suficiente por parte das instituições, mas também na tentativa de diminuir as infeções da comunidade. A criação de serviços de apoio domiciliário especializados, com equipas multidisciplinares, é hoje uma das melhores apostas das instituições.

O idoso está a mudar, e somos hoje os idosos do amanhã, mais exigentes, mais responsáveis, com maior conhecimento e escolaridade. As instituições têm assim de se adaptar a uma nova realidade, procurando criar serviços diferenciados, prestados por colaboradores com formação adequada.

O serviço de Fisioterapia do CBESA tem como objetivo promover a máxima funcionalidade dos indivíduos inseridos nas diferentes respostas sociais, promovendo a

sua autonomia. A prevenção de quedas, a promoção de estilos de vida saudáveis, a estimulação cognitiva, a promoção da prática de exercícios físico, o aumento da autonomia nas ADV's, são trabalhados principalmente com a população mais idosa, tentando diminuir ao máximo o aparecimento de lesões. Cada utente é tratado como único e tendo sempre em conta das suas necessidades, objetivos conjuntos, e dificuldades.

A estimulação cognitiva é também tida em conta, sendo realizadas algumas atividades de promoção da saúde mental e da manutenção e melhoria das capacidades cognitivas de cada indivíduo.

O serviço de fisioterapia decorre na resposta social do Hospital de Alcanena, na Residência para Idosos (ERI), no Apoio Domiciliário (SAD) e na Creche. A equipa de reabilitação é apenas constituída por 1 fisioterapeuta, o que dificulta o apoio a todos os utentes, no entanto todos os outros funcionários têm um papel preponderante na reabilitação de cada indivíduo, procurando promover a marcha e a autonomia de cada idoso.

Planificação das atividades de Fisioterapia para 2020

Tal como nos anos anteriores, o serviço de Fisioterapia do CBESA continua com o objetivo de promover a máxima independência e funcionalidade aos indivíduos, melhorando o seu potencial a nível motor e cognitivo.

O Fisioterapeuta tem um papel fundamental na recuperação, reeducação e prevenção de incapacidades em todas as faixas etárias. Tendo em conta que a maioria dos utentes da Instituição são idosos, é de salientar a importância do acompanhamento destes por parte dos seus familiares, informando-os e alertando-os acerca de alguns aspetos importantes que devem ter em conta, tanto na recuperação como na prevenção de lesões.

Nas 4 respostas sociais do CBESA (ERPI, SAD, Creche e Hospital) serão realizadas algumas atividades, direcionadas para cada caso específico, tais como:

- Treino de atividades de vida diária;
- Estimulação cognitiva;
- Treino de marcha;

- Mobilização articular;
- Treino de motricidade fina;
- Alongamento muscular, e reposicionamento de fibras;
- Exercícios de fortalecimento e estabilidade;
- Treino de equilíbrio estático e dinâmico;
- Exercícios de coordenação;
- Resistência ao esforço;
- Utilização de meios físicos;
- Auscultação e eliminação/fluidificação de secreções;
- Entre outras.

Cada utente é avaliado de forma individual, sendo o plano de tratamento traçado tendo em conta as suas necessidades, os objetivos, e os objetivos dos familiares.

As “atividades” acima descritas são meramente representativas das atividades realizadas com a maioria da população, na realidade a fisioterapia do CBESA abrange diferentes áreas, sendo elas principalmente: Músculo-Esquelética, Cardio-respiratória, Neuro-muscular.

População alvo

- Utentes externos, consultados diariamente mediante marcação prévia no Hospital de Alcanena.
- Idosos institucionalizados no Centro de Bem Estar Social de Alcanena (Residência para Idosos e Hospital).
- Idosos que integram o Serviço de Apoio ao Domicílio;
- Crianças das salas de berçário da Creche.

Objetivos

- Adaptar e integrar o indivíduo;
- Diminuir a dor e as incapacidades;

- Reabilitar o indivíduo, devolvendo-lhe a máxima funcionalidade com a mínima compensação;
- Reeducação e sensibilizar os familiares e/ou prestadores de cuidados;
- Reduzir o risco de queda;
- Melhorar a qualidade de vida;
- Promover a autonomia, a prática de exercício, e os estilos de vida saudáveis;
- Melhorar a qualidade de movimento;
- Melhorar a cognição, atenção, concentração;
- Maximizar a eliminação de secreções nas crianças.

Estratégias de intervenção

Antes de qualquer intervenção é importante ouvir cada pessoa, assinalar quais os seus principais problemas, e quais os seus objetivos ao longo de cada sessão. Depois de conhecer melhor o utente é realizada uma avaliação individualizada, direcionando um plano de tratamento adequado às suas necessidades e objetivos traçados com o utente e com a família (sempre que possível, e tendo em conta o estado psicológico do utente e dos seus familiares).

Atividades

1. Hospital de Alcanena¹

- Atendimentos individuais de utentes externos;
- Atendimentos individuais de utentes internados;
- Dinâmicas de grupo/estimulação cognitiva;
- Elaboração de cartazes e folhetos com o objetivo de sensibilizar e reeducar a população, promovendo a saúde e a doença;
- Contacto e reeducação de familiares;
- Saídas para a zona exterior ao edifício, sempre que a capacidade do utente o permita, de forma a melhorar a estimulação sensorial e propriocetiva.

2. Residência para Idosos - ERPI

¹ As atividades elaboradas dependem do número de utentes externos marcados no Hospital.

- Atendimentos individuais de utentes internados;
- Contacto e reeducação de familiares;
- Saídas para a zona exterior ao edifício, sempre que a capacidade do utente o permita, de forma a melhorar a estimulação sensorial e propriocetiva.

3. Apoio ao Domicílio - SAD

- Atendimentos individuais ao utente;
- Contacto e ensino de familiares.

4. Creche

- Auscultar cada criança;
- Contacto com educadores e pais, com o objetivo de conhecer os principais problemas de cada criança;
- Procurar diminuir infeções respiratórias típicas da infância;
- Alertar pais e educadores para possíveis sinais de alerta nas infeções respiratórias dos mais pequenos.

Avaliação

A avaliação do plano de ação será realizada segundo o número de utentes internados que aderem às diferentes atividades, bem como ao número de utentes externos consultados.

Nas sessões individualizadas é realizada uma avaliação inicial, através de observação e preenchimento de uma ficha individual na área da Fisioterapia. Ao longo do tempo, e com a evolução do tratamento vão sendo realizadas reavaliações a cada utente, registando quais as suas melhorias, e pontos ainda a melhorar.

Cronograma – Ações Individuais

Data / Comemoração	Atividade	Material
4 Fevereiro - Dia mundial da luta contra o cancro	• Elaboração de cartaz.	Computador, impressora.
8 Março - Dia internacional da mulher	• Elaboração de lembranças, juntamente com os idosos.	A definir.
14 Março - Dia da incontinência urinária	• Elaboração de cartaz de folheto; • Promoção de uma aula prática para os colaboradores.	Computador, impressora, colchões, bolas.
6 Abril - Dia mundial da atividade física	• Passeio com os idosos e realização de diversas atividades.	Bolas, bastões.
7 Abril - Dia mundial da saúde	• Elaboração de cartaz; • Passeio com os idosos.	Computador, impressora.
11 Abril - Dia mundial da doença de Parkinson	• Elaboração de cartaz.	Computador, impressora.
5 Maio - Dia mundial da higiene das mãos	• Elaboração de cartaz, e folheto informativo.	Computador, impressora.
20 Maio - Dia mundial da luta contra a obesidade	• Elaboração de cartaz; • Passeio com os idosos.	Computador, impressora.
31 Maio - Dia mundial da esclerose múltipla	• Elaboração de cartaz informativo; • Promoção de sessão de esclarecimento.	Computador, impressora.
8 Setembro - Dia mundial da fisioterapia	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Passeio com os idosos e realização de atividades.	Computador, impressora.
21 Setembro - Dia mundial da doença de Alzheimer	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Jogos de estimulação cognitiva com os idosos.	Computador, impressora.
20 Outubro - Dia mundial da osteoporose	• Elaboração de cartaz informativo.	Computador, impressora.
29 Outubro - Dia mundial do AVC	• Elaboração de cartaz de sensibilização; • Elaboração de folheto para os cuidadores.	Computador, impressora.

❖ Todas as atividades estão dependentes do número de marcações de doentes externos.

Novas propostas de Intervenção

Proposta	Local	Destinatários	Objetivo
14 Março Dia da incontinência Urinária - Sessão de esclarecimento	Hospital	Utentes, funcionários e familiares.	- A incontinência é um problema frequente e que a maioria dos indivíduos não gosta de revelar. - Com a sessão de esclarecimento pretende-se desmistificar e alertar para pontos importante a considerar.
Sessões de preparação e recuperação do parto	Hospital	Grávidas e parceiros; Mamãs recentes e familiares.	Após pesquisa verificou-se que não existe curso de recuperação do parto na localidade, o que poderia vir a ser uma fonte de rendimento para a Instituição. A população ganharia um novo serviço. Em alguns módulos poderia ser realizada uma parceria com o serviço de enfermagem da Instituição.
31 Maio Dia internacional da Esclerose Múltipla - Sessão de esclarecimento	Hospital	Utentes, funcionários e familiares.	A Esclerose Múltipla afeta muitas pessoas em Portugal. A maioria da população não está familiarizada com a doença nem sabe o que pode fazer para diminuir os seus sintomas. - Com a sessão de esclarecimento pretende-se alertar e esclarecer a população acerca da Esclerose Múltipla.
Apoio ao domicílio “Fisioterapia em sua casa”	Casas de utentes do SAD	Utentes e familiares integrados no SAD	- Avaliar o espaço físico onde vive cada utente de forma a identificar barreiras arquitetónicas. - Definir estratégias para remoção de barreiras. - Obter parcerias com empresas de construção de forma a ajudar a melhorar as casas dos utentes, tornando-as mais funcionais. - Promover e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos, com sessões de Fisioterapia planeadas, e ajustadas as necessidades de cada um.
“Oficina da Memória – Relembrar hoje, e não esquecer amanhã”	Hospital	Idosos institucionalizados no Hospital	- Melhorar, manter, e estimular a memória dos idosos. - Prevenir o aparecimento de demência. - Estimular a cognição.
“Cuidar, um ato de amor”	Auditório do Teatro Municipal	Funcionários do CBESA e população em	- Melhorar os conhecimentos da população na área da saúde. - Apoiar o cuidador informal.

Proposta	Local	Destinatários	Objetivo
(data a definir)		geral	-Desmistificar a saúde mental. -Promover workshops de transferências e cuidados com o indivíduo dependente.

A maioria das atividades propostas repetem-se relativamente ao ano anterior, uma vez que não foram elaboradas anteriormente. Foram realizados contactos no sentido de promover uma sessão de esclarecimento na área da incontinência Urinária, no entanto todas as respostas foram negativas. Foram também realizadas algumas invenções no sentido de estimular a capacidade cognitiva de alguns idosos, no entanto não foi aplicado um horário e um plano específico a ser aplicado com regularidade.

O custo orçamental das atividades acima propostas depende do número de pessoas inscritas. No programa de recuperação e preparação do parto são necessários alguns materiais como bolas de bobath. Sendo a proposta mais dispendiosa para a Instituição. Todas as outras atividades propostas não apresentam custos extra para a Instituição, uma vez que já existem todos os recursos necessários para a elaboração das mesmas.

Para além das atividades desenvolvidas pela fisioterapia especificamente, existe ainda a colaboração noutras atividades desenvolvidas por colegas de outras áreas, sempre no sentido de promover o bem-estar, convívio e entretenimento dos nossos utentes.

Técnica Superior de Fisioterapia

Dr.ª Ana Margarida Neto

PLANO DE AÇÃO DE ENFERMAGEM DO HOSPITAL

O presente plano de ação é desenvolvido no âmbito da profissão de Enfermagem, aplicado na resposta social Hospital do Centro de Bem Estar Social de Alcanena (CBESA), e o objeto de estudo são as intervenções previamente planeadas e delineadas para melhorar a resposta aos problemas dos Utentes do Hospital.

Este, visa traçar objetivos respeitantes à resposta e intervenção de Enfermagem para com os utentes, de modo a melhorar progressivamente a qualidade dos mesmos.

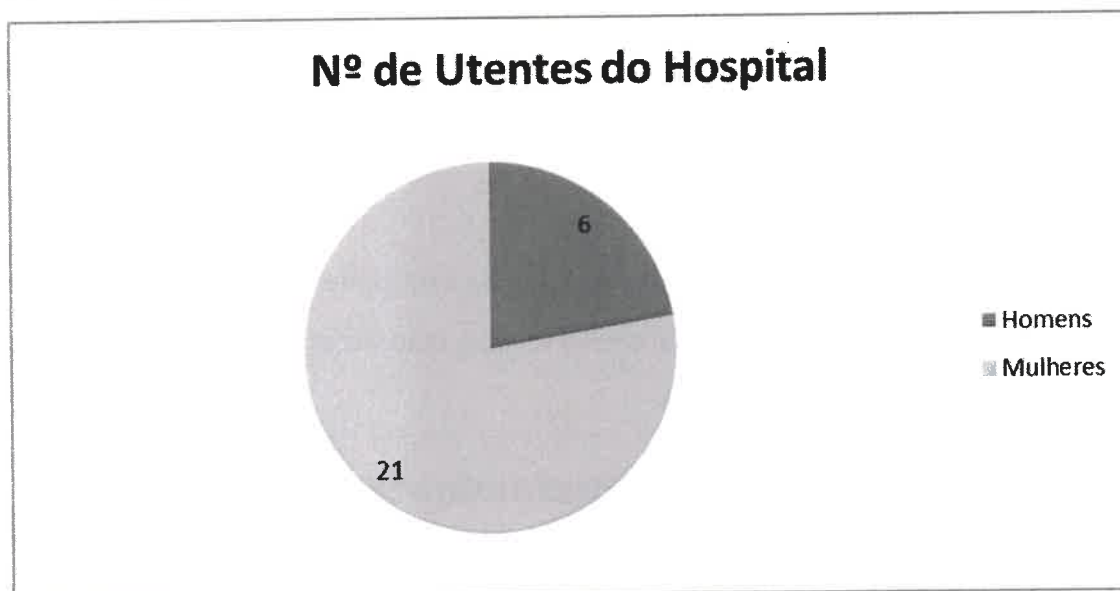


Gráfico 1

Atualmente, e de acordo com o Gráfico 1 acima representado, o Hospital no total detém 27 utentes, sendo 6 o número de Homens e 21 o número de Mulheres, tendo ainda capacidade para comportar mais 5 utentes.

Esses utentes possuem idades díspares, variando dos 58 anos aos 99 anos de idade. A idade comporta um dado muito importante para a Enfermagem uma vez que na identificação e planificação dos cuidados é importante categorizar o grau de dependência nas AVD's e consequentemente delinear o número de horas de cuidados para os utentes. Pode-se ainda constatar que a média de idades é de 85,7 anos, o que nos remete a um pensamento mais geriátrico aquando interligado com a senilidade e senescência. (Gráfico 2).

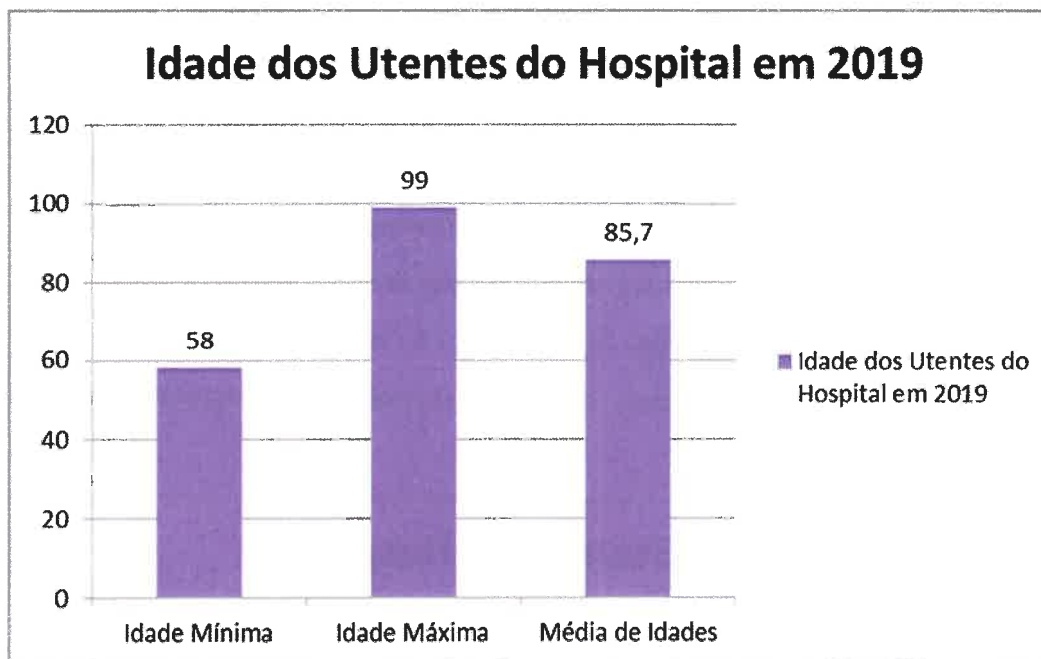


Gráfico 2

Ainda, interligando o fator idade ao fator de senilidade, é importante realizar um estudo das Patologias predominantes no serviço, uma vez que estas tendem a ser proporcionais à idade e dependência.

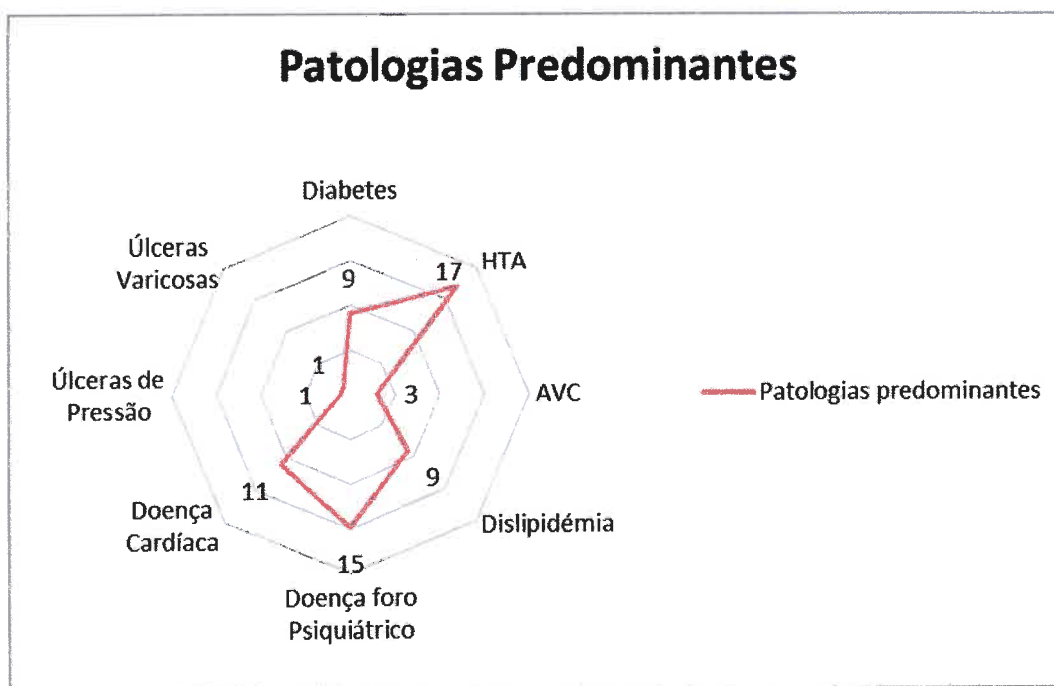


Gráfico 3

No Gráfico 3, pode-se constatar que de um modo geral, os 27 utentes apresentam pelo menos uma patologia incapacitante, pelo que é necessária a intervenção de terceiros, quer a nível da prevenção primária (promoção da saúde),

prevenção secundária (diagnóstico e tratamento precoce) e prevenção terciária (reabilitação).

Deste modo, as patologias mais predominantes no serviço são a Hipertensão Arterial (HTA) – 17 utentes; doenças do foro Psiquiátrico – 15; doença Cardíaca – 11; Diabetes Mellitus, Tipo 1 (insulinodependentes) -5, Tipo 2 (antidiabéticos orais) – 4; Dislipidémia – 9; Acidente Vascular Cerebral (AVC) – 3 e Úlceras. Pressão – 1, Varicosas – 1.

Além das patologias anteriormente referidas como predominantes, identifica-se sistematicamente potenciais problemas que possam advir da situação pessoal de cada utente, relativamente aos quais pode-se intervir e de acordo com as competências que nos são aferidas. Intervenções essas que são sistematicamente prescritas, implementadas e avaliadas, contribuindo para evitar o agravamento desses mesmos problemas ou a minimização de novos. Face a essas intervenções e para continuar a progredir tanto na prestação de cuidados como na planificação dos mesmos, depreende-se:

- **Continuidade e melhoria dos cuidados de saúde, através de:**

- Promoção da saúde;
- Prevenção de agudizações;
- Detecção precoce de potenciais problemas de saúde;
- Check Up da evolução dos problemas crónicos;
- Promoção da autonomia e independência;
- Promoção do desenvolvimento das potencialidades;
- Vigilância do estado geral do utente;
- Avaliação do processo de saúde/doença de cada utente;
- Observação física e psicossocial do utente;
- Personalização dos cuidados;
- Trabalho em equipa multidisciplinar;
- Promover espírito de entreajuda e solidariedade;
- Acompanhamento individualizado do utente;
- Administração da medicação;
- Potenciar a integração familiar na tomada de decisão;

- Prestar suporte aos familiares de cada utente e permitir uma elucidação do estado do utente;
 - Formar parceria com as famílias nos cuidados;
 - Promover a dignidade na morte;
 - Apoiar e respeitar as famílias no luto.
-
- Aumento progressivo da **organização, orientação e supervisão** na prestação dos cuidados de saúde:
 - Avaliar os cuidados prestados;
 - Melhorar a prestação de cuidados;
 - Desenvolver conhecimentos, aptidões e atitudes na prestação de cuidados;
 - Aumento de formação pessoal sobre temáticas (Ex: paragem cardiorrespiratória; cuidados de higiene, posicionamentos, alimentação, prevenção de quedas, transferências);
 - Criação de Protocolos de Atuação (HTA, Hiperglicemia, Hipoglicemia, Higienização das mãos);
 - Reuniões com colaboradores e Direção do Hospital;
 - Fortalecer o processo de acolhimento dos novos colaboradores.
-
- Cuidados de Enfermagem a implementar:
 - Avaliação de glicémia capilar;
 - Administração de insulina conforme esquema terapêutico;
 - Monitorização de Sinais Vitais (tensão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória, temperatura e dor) 2 vezes por mês;
 - Preparação e Administração de Terapêutica;
 - Administração de vacina da gripe a todos os utentes e Prevenar 13 (ao grupo de utentes Diabéticos);
 - Realização de tratamentos a feridas (úlceras, esfacelos);
 - Realização de oxigenioterapia;
 - Realização de aerossolterapia;
 - Introdução e manutenção de sonda rectal, vesical e nasogástrica;

- Otimização de sonda rectal, vesical e nasogástrica;
 - Colocação de cateter venoso periférico e otimização;
 - Administração de soros e medicação endovenosa;
 - Realização de posicionamentos, mobilizações e transferências;
 - Administração, supervisão, e vigilância da alimentação do utente;
 - Marcação e preparação de documentos, para acompanhar o utente nas consultas de especialidade médica no exterior do serviço;
 - Elaboração da lista mensal de terapêutica em falta;
 - Facultar as receitas médicas aos familiares dos utentes;
 - Facultar/informar de alterações terapêuticas;
 - Estabelecer parceria com as famílias e discussão de tratamentos e decisões terapêuticas a tomar.
- Manter ao público exterior ao Hospital a possibilidade de obtenção de serviços de Enfermagem:
 - Administração de injetáveis (Intramuscular e endovenoso);
 - Realização de pensos (cirúrgicos e não cirúrgicos, úlceras, queimaduras, esfacelos, entre outros);
 - Algaliação;
 - Avaliação da TA, FC, SpO₂, Temperatura corporal;
 - Avaliação da Glicemia capilar;
 - Entubação Nasogástrica.
 - Aprimorar e reforçar a relação multidisciplinar do corpo clínico, Diretor Dr. João Grilate, Senhores Enfermeiros, Senhoras Ajudantes de Enfermaria, Psicóloga, Fisioterapeuta e Assistente Social, de forma a obter uma resposta mais individualizada possível e prestar cuidados de qualidade quer no processo de saúde quer no processo de doença.

- Coadjuvar com a equipa multidisciplinar na implementação e aperfeiçoamento do **processo de acolhimento, acompanhamento dos utentes e famílias**:
 - Realizar a admissão do utente no serviço;
 - Apresentação da equipa de saúde e espaços físicos do serviço;
 - Obter junto das famílias informações cruciais para registo no Processo Clínico (alergias, hábitos e costumes);
 - Proceder à abertura, realização e organização do processo clínico;
 - Informar os profissionais de saúde externos, do historial clínico dos utentes;
 - Promover a intervenção dos diversos técnicos de saúde (Fisioterapeuta, Psicóloga, Assistente Social);
 - Realização de relatórios clínicos com o estado geral do utente;
 - Transmissão de informações a outros membros da equipa;
 - Sugestão de encaminhamento para consultas médicas internas;
 - Proceder ao encaminhamento do utente para o serviço de urgência sempre que avaliado e necessário para garantir continuidade dos cuidados diferenciados.

- Gestão e otimização de recursos:
 - Criar sistema informático de contabilização de material;
 - Realizar a requisição de material semanalmente;
 - Repor stocks de produtos essenciais;
 - Gestão e organização do serviço;
 - Gestão de recursos materiais e humanos;
 - Revisão da mala de emergência;
 - Controlar prazos de validade dos produtos;
 - Controlar o armazém, a entrada e saída de produtos;
 - Contabilizar o stock de medicação SOS;
 - Repor stocks de medicação;
 - Gerir os prazos e condições ambientais de armazenamento da medicação (no gabinete de Enfermagem e na Farmácia).

Numa perspetiva de melhorar a nossa ação e resposta para com o utente, enquanto equipa de Enfermagem consideramos que seria útil:

- Adquirir um programa informático de Registos das AVD's, de modo a haver um registo preciso das informações clínicas e garantir em linguagem de saúde uma transversalidade de informações. Permite também a contabilização de horas de cuidados de Enfermagem, mediante o plano de cuidados dos utentes. (Ex: Softgold, sistema de registo utilizado em outras respostas sociais do CBESA);

- Adquirir um DAE (Desfibrilhador automático externo);
- Monitor de Sinais Vitais Portátil – com ecrã TFT a cores e traçado ECG;
- Nebulizador Portátil;
- Concentrador Portátil de O₂.

Enfermeira

Sara Luísa Tavares Gomes

PLANO DE AÇÃO DA CASA DE ABRIGO PARA MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Plano de Ação – “Erguer Futuro”

As casas de abrigo são unidades residenciais destinadas a proporcionar acolhimento temporário (em regime sigiloso) a mulheres vítimas de violência, acompanhadas ou não de filhos menores (Lei 112/2009 de 16 de Setembro; Decreto Regulamentar nº 2/2018 de 24 de Janeiro; Portaria nº 197/2018 de 6 de Julho). Estas estruturas residenciais têm como objetivos:

- Acolher temporariamente as utilizadoras e as crianças, tendo em vista a proteção da sua integridade física e psicológica;
- Proporcionar às utilizadoras e às crianças as condições necessárias à sua educação, saúde, e bem-estar integral, num ambiente de tranquilidade e segurança;
- Promover a aquisição de competências pessoais, profissionais e sociais das utilizadoras;
- Proporcionar, através dos mecanismos adequados, a reorganização das suas vidas, visando a respetiva reinserção familiar, social e profissional (art.º 3 do Decreto Regulamentar nº 1/2006 de 25 de Janeiro).

Neste sentido a resposta social Casa Abrigo “Erguer Futuro”, pretende acima de tudo proteger as mulheres vítimas de violência doméstica com ou sem filhos/as menores para que possam construir um projeto de vida de forma a erguer futuro.

Para concretizar a missão a que a Casa de Abrigo se propõe, são levadas a cabo atividades em várias vertentes, e essas mesmas atividades estão assentes nos seguintes âmbitos:



Esquema 1 – Esquematização das áreas constantes no plano de ação



1. INTERVENÇÃO INDIVIDUAL COM AS UTILIZADORAS

1.1. Atendimentos Psicossociais com produção de relatórios sempre que necessário

Área de intervenção	Objetivos	Atividades
Psicossocial	- Acolher, acompanhar e orientar as utilizadoras e a/o(s) sua/seu(s) filha/o(s) redefinindo em conjunto um novo projeto de vida.	- Elaboração do diagnóstico de necessidades individuais; - Definição do plano de segurança; - Elaboração do plano de intervenção individual.
	- Desenvolvimento de competências pessoais e sociais.	- Realização de ações individuais e/ou grupais para promover a autoestima, autonomia, auto responsabilização, liberdade pessoal, empowerment, auto-aceitação; - Realizar atividades de psicoeducação no âmbito da igualdade de género e violência contra as mulheres e crianças. - Realização de sessões psicoeducativas individuais e/ou de grupo no âmbito da gestão de tempo, tomada de decisão; - Gestão de tarefas domésticas.
	- Desenvolver competências parentais.	- Realização de sessões de psicoeducação (individuais/grupais) e capacitação parental visando a responsabilização das utilizadoras pela educação dos seus filhos integrando-os num projeto de vida pessoal.

1.2. Acompanhamento de questões relacionadas com a saúde

Área de intervenção	Objetivos	Atividades
Saúde	- Minimizar a situação de crise permitindo o desenvolvimento do projeto de vida.	- Acompanhamento ao nível dos cuidados básicos de saúde das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s); - Encaminhamento para ações de sensibilização de promoção de saúde e prevenção da doença.

	- Proporcionar condições que promovam a qualidade de vida contribuindo para a saúde mental e física. - Apoiar em situações de doença aguda ou crônica.	- Acompanhamento médico generalista e especializado das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s). - Acompanhamento a serviços de saúde (urgência, serviços de especialidade, exames) sempre que necessário.
--	---	--

1.3. Apoio psicológico/ Emocional

Área de intervenção	Objetivos	Atividades
Psicológico	- Identificar e despistar sintomatologia psicopatológica assim como outros fatores que condicionam o equilíbrio e o bem-estar psicológico das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s); - Intervenção na crise.	- Avaliação e acompanhamento psicológico individual e em grupo das utilizadoras e da/o(s) sua/seu(s) filha/o(s); - Avaliação do estilo de vida e da motivação para a mudança comportamental para implementação de programa de mudança comportamental no estilo de vida sendo o mesmo ajustado às necessidades individuais caso faça sentido ao processo.

1.4. Acompanhamento profissional

Área de intervenção	Objetivos	Atividades
Profissional	- Desenvolver competências profissionais.	- Realização de ações (individuais/grupais) que preparem as utilizadoras para a empregabilidade e procura ativa de emprego através da frequência de ações de formação profissional ou de cursos de formação e educação de adultos; - Elaboração do Currículo pessoal; - Promover competências ao nível do empreendedorismo no feminino. - Continuação do projeto “A Escola vai à casa de abrigo” sendo a o ano letivo 2019/2020 a sua terceira edição.

1.5. Apoio jurídico

Área de intervenção	Objetivos	Atividades
Jurídica	- Acompanhar e orientar os processos judiciais respeitantes à problemática da violência	- Consultoria jurídica no âmbito dos processos de queixa - crime; - Consultoria no âmbito dos processos

	doméstica e outros processos paralelos; - Informação sobre direitos.	regulamentação das responsabilidades parentais, divórcio e partilha de bens.
--	---	--


2. INTERVENÇÃO EM GRUPO COM AS UTILIZADORAS

Mês	Atividades	Recursos necessários	Orçamento (previsão)
Janeiro	Almoço de Ano Novo e Resoluções para 2020	- Produtos alimentícios (ementa a definir com as utentes) - Utensílios de cozinha - Folhas brancas e canetas	20 euros
Fevereiro	Sessão Temática “Relacionamentos Abusivos” como prevenir.	- Computador e colunas - Folhas brancas e canetas	Material existente no escritório
Março	Sessão Temática “Máscaras – Qual a sua função?” (Assinalar o Carnaval)	- Balões, cola branca, folhas de jornal, tesoura, linhas, lã, tintas, outros elementos decorativos - Folhas brancas e canetas	20 euros
	Lanche Temático “Dia da Mulher”	- Produtos alimentares (ementa a definir com as utentes) - Utensílios de cozinha - Material alusivo ao dia da mulher com impressão de documentos	20 euros
	Sessão Temática “Sustentabilidade” (meio ambiente e felicidade)	- Material alusivo à sustentabilidade - Computador e colunas - Impressão de documentos	Material existente no escritório
Abril	Caça aos ovos da páscoa (Atividades para crianças)	- Amêndoas da Pascoa - Papel crepe - Fitas de embrulho	5 euros
	Sessão Temática “A Liberdade” (Para assinalar o Dia 25 de Abril)	- Material alusivo ao tema liberdade com impressão de documentos - Folhas brancas e canetas	Material existente no escritório
	Celebração do Dia Mundial da Atividade Física com realização	- Lanche (cada utilizadora leva o seu lanche e das	Sem custos

	de uma caminhada e pic nic	crianças)	
Maio	Sessão Temática “ <i>Competências parentais</i> ” (Para assinalar o Dia da Familiar)	- Material alusivo à temática com impressão de documentos - Computador e colunas	Material Existente no Escritório
Junho	Dia da Criança (Atividades para crianças)	- A definir	A definir
	Almoço convívio - Sardinhada	- Sardinhas - Grelhador elétrico	20 euros
Julho	Ida aos Olhos de Água	- Veículo (s) da Instituição - Lanche a cargo das utilizadoras	A definir
Agosto	Sessão temática “ <i>Relações interpessoais</i> ” (para celebrar o dia da Amizade)	- Material alusivo ao tema com impressão de documentos	Material existente no escritório
Setembro	Sessão temática “ <i>Conquistar os meus sonhos</i> ” (Celebrar o dia do sonho)	- Material alusivo ao tema com impressão de documentos	Material existente no escritório
Outubro	Almoço temático “ <i>Alimentação Saudável</i> ”	- Bens alimentares com ementa a definir - Material alusivo ao tema com impressão de documentos	20 euros
Novembro	Sessão Temática Visionamento de um filme para assinalar o dia do cinema	- Computador e filme a definir	Sem custos
	Assinalar a luta contra a violência doméstica 24 e 25 de Novembro		
Dezembro	Sessão Temática “ <i>Direitos Humanos</i> ”	- Material alusivo ao tema com impressão de documentos - Computador	Material existente no escritório
	Elaboração de decoração de natal	- Materiais para trabalhos manuais	20 euros
	Almoço convívio de Natal	- Bens Alimentares - Utensílios de cozinha - Prendas para oferecer às utentes	20 euros Prendas ainda a definir
Todo o ano	Reuniões de Equipa todas as semanas	- Folhas brancas e esferográficas - Impressão de documentos	Sem custos
	Confeção de produtos para angariação de fundos para um	A definir	A definir

	objetivo específico e sugerido pelas utilizadoras		
--	---	--	--



3. CAPACITAÇÃO DE PROFISSIONAIS

Este eixo tem como objetivo capacitar profissionais de competências para lidar com situações de desigualdade de género e de violência doméstica bem como em outros temas pertinentes para as funções a desempenhar na casa de abrigo. Assim, as atividades levadas a cabo neste eixo têm a ver com a formação e sensibilização sobre a igualdade de género e sobre a violência doméstica, e violência nas relações de intimidade relacionada com o género assim como o desenvolvimento pessoal e profissional no âmbito da gestão do stress em situações de crise junto de profissionais da casa de abrigo e da Instituição que colaborem diretamente com a casa de abrigo. Tem também como grande objetivo dotar as/os profissionais de competências no âmbito da implementação e cumprimento do plano de segurança pessoal e organizacional.

As atividades a desenvolver são ao nível das reuniões de equipa (realizadas todas as semanas) e ações de formação para a equipa em temas pertinentes para as funções a desempenhar. E sempre que necessário, formação a outros/as profissionais da Instituição.



4. INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

A Casa Abrigo do Centro de Bem Estar Social de Alcanena pretende acompanhar práticas inovadoras ao nível da intervenção com mulheres vítimas de violência doméstica em casas abrigo de forma a contribuir para o aumento do conhecimento de práticas e metodologias que revelem eficácia comprovada no processo de mudança comportamental, e cujas mudanças funcionem como modelo para fatores de proteção e resiliência aquando a saída e autonomização das utilizadoras.

Área de intervenção	Objetivos	Atividades	Orçamento (previsão)
Investigação	-Contribuir para o melhor conhecimento dos processos	-Elaboração de projetos de investigação e candidatura	

Científica	envolvidos na violência doméstica, especificamente na vivência das mulheres acolhidas em casas de abrigo para melhoria das práticas com as mulheres sobreviventes de violência doméstica.	a programas de apoio à investigação no âmbito da violência doméstica; -Recolha e análise de dados para elaboração de práticas inovadoras e diferenciadoras para melhoria das práticas em casas de abrigo.	
------------	---	--	--



5. PARCERIAS COMUNITÁRIAS

Articulação com serviços e entidades da comunidade de forma a estabelecer-se um efetivo trabalho em rede no apoio às mulheres em acolhimento. As atividades a realizar são ao nível das reuniões que se considerem necessárias.

Técnica Superior de Psicologia/Coordenação - Dr.ª Susana Louro

PLANO DE AÇÃO DO PATRIMÓNIO

Habitação

Sobre o Bloco de 16 apartamentos, na Praceta Dr. Francisco Sá Carneiro, nº4, 2380-011 Alcanena, com o número matricial 237, os objetivos são manter e cuidar, para que os inquilinos tenham boas condições de habitabilidade. Estes apartamentos normalmente encontram-se sempre lotados.

Para além deste bloco de apartamentos alugado, o Centro de Bem Estar Social de Alcanena possui mais 33 espaços, a sua maioria habitações que se encontram de momento todos alugados.

O retorno financeiro é aplicado nas respostas sociais deficitárias.

Resposta Social ERPI

Realizou-se uma candidatura ao Portugal 2020, Aviso Centro-42-2018-07, apoio ao investimento em infraestruturas e equipamentos sociais, em que o objetivo é Promover a Integração Social e Combater a Pobreza e qualquer discriminação. Remodelação e adaptação das infraestruturas, compra de equipamentos, modernização e ajustamento às necessidades presentes e futuras. Em que constam as seguintes intervenções:

- 1- Remodelação do Telhado;
- 2- Reconversão da caixilharia;
- 3- Construção de Parque de Estacionamento;
- 4- Remodelação do pavimento interior;
- 5- Reconversão de Barras de inox;
- 6- Medidas de Auto Proteção;
- 7- Pinturas exteriores e interiores;
- 8- Compra de equipamentos industriais de cozinha e lavandaria.

O projeto foi aprovado por parte da CCDR Centro, ou seja o termo de aceitação da aprovação da candidatura foi assinado no dia 01-10-2019, a comparticipação do FEDER corresponde a 85% das despesas elegíveis. Neste momento, encontra-se em

realização o concurso público (o nível burocrático do lançamento deste tipo de concursos é muito grande, entre preparar todos os documentos e lançar a obra na plataforma www.acingov.pt para concurso são cerca de 5 a 6 meses para a conclusão dos procedimentos) para a realização da obra (concurso para encontrar o empreiteiro para a obra), esperamos que a obra comece no princípio do ano de 2020.

Resposta Social Centro Educativo

Neste momento, encontramos-nos a negociar com a NOS um espaço de 6m*10m = 60 m quadrados no Centro Educativo (arrendamento por parte do Centro de Bem Estar Social de Alcanena). Neste espaço vão instalar um contentor de fibra, pagando um aluguer mensal.

Abriu uma candidatura ao Portugal 2020, Equipamento (IPSS) – Apoio à Eficiência Energética, à Gestão Inteligente da Energia e à Utilização das Energias Renováveis, no domínio da Sustentabilidade e Eficiência no Uso de Recursos. A que se pretende candidatar o Centro Educativo para remodelação dos telhados, reconversão da caixilharia, compra de painéis solares de autoconsumo, esta candidatura ainda se encontra pouco desenvolvida, sem orçamentação, mas estas são as suas linhas gerais.

Resposta Social Hospital

A candidatura para integrar a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados da Região de Lisboa e Vale do Tejo (a qual tem parecer favorável), com o objetivo de formar uma parceria com o Ministério do Trabalho Solidariedade e Segurança Social e o Ministério da Saúde para a tipologia que dizem ter em falta, uma unidade de longa duração/convalescença e manutenção para 32 utentes.

O projeto que se esta a realizar prevê a construção da unidade para 40 utentes, a princípio prevê-se destinar estas 8 camas a utentes privados, e a longo prazo concorrer para o alargamento desta rede de cuidados continuados.

Neste momento, o projeto de arquitetura encontra-se totalmente aprovado por todas as entidades competentes, Autoridade Nacional de Proteção Civil, Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, Autoridade da Saúde, e Câmara Municipal de Alcanena. Entrou na Câmara Municipal de Alcanena, no dia 24 de

Setembro de 2019, o pedido para o licenciamento dos projetos de especialidade da Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Alcanena, Joaquim da Silva Fernandes.

Investimentos Gerais

Foi lançado o concurso público (o nível burocrático do lançamento deste tipo de concursos é muito grande, entre preparar todos os documentos e lançar a obra na plataforma www.acingov.pt para concurso são cerca de 5 a 6 meses para a conclusão dos procedimentos) para aquisição de 3 carros elétricos (2 equipados para o apoio domiciliário e outro de 5 lugares). O concurso foi ganho pela Renault, e assinou-se contrato para a compra das 3 kangoo. As duas do apoio domiciliário já se encontram em circulação, a Renault ainda não entregou neste momento a carrinha de 5 lugares mas perspetiva-se que para o ano que vêm estas se encontrem em circulação. Logo teremos poupanças em combustíveis, muito significativas.

Terrenos

A Instituição tem cerca de 40 mil m² de terrenos com as mais diversas características e dispersos pelo concelho de Alcanena e Torres Novas, existindo a necessidade de continuar a mante-los cuidados e de rentabilizar o que for possível.

Diretor da resposta social Imóveis/Património
Eng.º Hélder Camacho

A DIREÇÃO

Presidente: Eduardo José Guimarães
Vice-Presidente: Almeida
Secretário: R. Silva
Tesoureiro: Vitor Manuel Pereira Afonso
Vogal: João Paulo Costa
Vogal: Luís Fátima
Vogal: Joaquim Silva Neves

ORÇAMENTO – ANO 2020

Introdução

A grande complexidade financeira e económica do país e do mundo constitui como uma fonte de grande incerteza na execução do orçamento para 2020, pois o CBESA está ciente das dificuldades que se avizinham e da grande importância do seu papel neste contexto e no apoio aos que mais necessitam.

No entanto e tal como fomos referindo ao longo de todo o plano de ação para 2020, este é também um momento de oportunidade e demonstração da capacidade do CBESA em encontrar novos caminhos e construir novas alternativas, centrada num objetivo estratégico fundamental: Sustentabilidade.

Assim, construímos um orçamento realista, capaz de garantir uma execução orçamental adequada. Estamos cientes das dificuldades, mas simultaneamente temos também presente os potenciais caminhos a percorrer sem prejuízo do crescimento, do desenvolvimento e de uma resposta aos problemas sociais existentes e à complexidade de um novo ano que se perspetiva da continuação de alterações nas estruturas do Estado, que podem vir a necessitar de diferentes respostas.

Memória Justificativa

O orçamento para 2020 foi estruturado de acordo com o SNC (Sistema de Normalização Contabilísticas) tal como define a legislação.

A construção do orçamento para 2020 teve como base os seguintes pressupostos:

- A execução orçamental até Setembro de 2019, com uma projeção para os últimos três meses no ano;
- Na rubrica 62 do orçamento previu-se uma redução devido às prospetivas de menores gastos em beneficiações e reparações nos imóveis;
- Na rubrica 64 do orçamento, depreciações e amortizações, valor que influencia os resultados líquidos devido ao aumento de investimentos dos últimos anos;
- Na rubrica 78 do orçamento previu-se um aumento devido às rendas dos apartamentos adquiridos.

Considerando que o valor de amortizações e depreciações são significativos, os resultados do exercício serão uma preocupação e devem levar a Direção a arranjar soluções que possam minorar os resultados muito negativos do Centro Educativo (Creche, Jardim de Infância e CATL), devido ao decréscimo significativo de crianças que ano após ano têm sido uma constante, e prevendo com a nova política de educação Concelhia os resultados terão todas as condições para piorarem. Também os resultados da valência Hospital que com a alteração unilateral da ADSE levou a que a valência passasse de uma valência com resultados positivos a ficar com resultados negativos, a Direção tem tido várias reuniões na procura de encontrar soluções de modo a resolver os problemas económicos, que a não ser resolvidos levarão o CBESA a ficar com sérios problemas financeiros.

Deste modo, apresentamos um orçamento que ilustra de uma forma clara as preocupações da direção do CBESA e a sua focalização na sustentabilidade financeira da Instituição.

ANEXOS

- Orçamento para o ano 2020;
- Parecer do Conselho Fiscal.



CBESA
CENTRO DE BASTA

Elementos de apoio para elaboração do Orçamento da Direção 2020							
Contas	Balancete set/19	Correções 2019	Anualização Out-2019/Dez-2019	Correções Valor	Correções percentuais	Orçamento 2020	Diferença em Relação a 2019
72 Prestações de serviços	850 975,91 €	0,00 €	1 134 634,55 €	0,00 €	0,00 €	1 134 634,55 €	Manter
75 Participações e subsídios à exploração	674 346,05 €	0,00 €	899 128,07 €	0,00 €	0,00 €	899 128,07 €	"
75 Subsídio Portugal 2020		0,00 €		16 309,80 €	0,00 €	16 309,80 €	
Total dos rendimentos operacionais	1 525 321,96 €	0,00 €	2 033 762,61 €	16 309,80 €	0,00 €	2 050 072,41 €	
61 Custo das matérias consumidas	166 130,43 €	0,00 €	221 507,24 €	0,00 €	0,00 €	221 507,24 €	Manter
62 Fornecimentos e serviços externos	416 136,11 €	0,00 €	554 848,15 €	0,00 €	-110 969,63 €	443 878,52 €	-20,0%
63 Gastos com o pessoal	1 350 431,06 €	30 000,00 €	1 830 574,75 €	0,00 €	0,00 €	1 830 574,75 €	Manter
64 Depreciações e amortizações	0,00 €	23 003,47 €	285 023,94 €	0,00 €	0,00 €	285 023,94 €	Estimativa
65 Perdas por imparidade	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
67 Provisões	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
Total dos gastos operacionais	1 932 697,60 €	53 003,47 €	2 891 954,07 €	0,00 €	-110 969,63 €	2 780 984,44 €	
Resultado operacional	-407 375,64 €	-53 003,47 €	-858 191,46 €	16 309,80 €	110 969,63 €	-730 912,03 €	
78 Outros rendimentos e gastos	113 193,17 €	11 177,76 €	162 101,99 €		24 315,30 €	186 417,28 €	15,0%
68 Outros gastos e perdas	8 828,75 €	0,00 €	11 771,67 €		0,00 €	11 771,67 €	Manter
76 Reversões de provisões	62 400,00 €	0,00 €	62 400,00 €		0,00 €	0,00 €	
77 Ganhos p/aumentos justo valor	0,00 €	0,00 €	0,00 €		0,00 €	0,00 €	
79 Rendimentos financeiros	2 787,79 €	0,00 €	3 717,05 €		0,00 €	3 717,05 €	Manter
69 Gastos financeiros	0,80 €	0,00 €	1,07 €		1,07 €	1,07 €	Manter
Resultado antes de impostos	-300 224,23 €	-41 825,71 €	-641 745,15 €	16 309,80 €	135 284,93 €	-552 550,43 €	
Imposto sobre o rendimento							
Resultado líquido do período	-300 224,23 €	-41 825,71 €	-641 745,15 €	16 309,80 €	135 284,93 €	-552 550,43 €	
Total dos rendimentos	1 703 702,92 €	11 177,76 €	2 261 981,65 €	16 309,80 €	24 315,30 €	2 240 206,75 €	
Total dos gastos	1 941 527,15 €	53 003,47 €	2 903 726,81 €	0,00 €	-110 969,63 €	2 792 757,18 €	
Resultado líquido do período	-237 824,23 €	-41 825,71 €	-641 745,15 €	16 309,80 €	135 284,93 €	-552 550,43 €	

Novembro de 2019

A Direção

Edna Fernandes
Rogério Fernandes
Maria da Conceição



CBESA

CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

PARECER DO CONSELHO FISCAL
SOBRE O PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO
ANO DE 2020

Exm^{os}. Senhores

Presidente e Membros

Da Mesa da Assembleia Geral

Exm^{os}. Senhores,

1. A fim de dar cumprimento ao disposto na Lei e Estatutos, do Centro de Bem Estar Social de Alcanena, o Conselho Fiscal vem submeter a V. Exas. o seu parecer sobre o "Plano de Ação e Orçamento para o ano de 2020".
2. Para a elaboração do referido parecer o Conselho Fiscal debruçou-se sobre as diversas peças apresentadas e solicitadas à Direção da Instituição, assim como das explicações dadas pelo Senhor Presidente da Direção, relativamente à vida da Instituição, nomeadamente do seu andamento ao longo do ano de 2019 na vertente operacional, económica e financeira da mesma, com vista a assegurar o normal funcionamento da sua atividade de persecução dos fins sociais estatutariamente definidos na sua lógica de funcionamento como Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos.
3. Tendo este Conselho Fiscal analisado as peças que compõem o "Plano de Ação e Orçamento 2020" e procedendo à leitura específica da demonstração de resultados operacionais e financeiros previsionais, pode concluir pelos valores aí registados, orçamentados e explicados pelo senhor Presidente da Direção, do seguinte:



CBESA
CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

Assinado
[Handwritten signature]

O Conselho Fiscal fez incidir a sua verificação nas grandes rubricas do "orçamento das demonstrações financeiras" peça também apresentada, e em que se inscrevem os seguintes valores:

Total da previsão dos gastos operacionais e financeiros 2.792.757,18 euros e total da previsão dos rendimentos operacionais e financeiros 2.240.206,75 euros.

Destes valores orçamentados resulta um resultado líquido negativo previsional de 552.550,43 euros.

Gastos e Rendimentos:

Os gastos e rendimentos orçamentados inscritos foram provisionados de acordo com os valores reais já registados na contabilidade à data de 30.09.2019, considerando a média mensal até final do ano de 2019, e extrapolando os valores para o exercício de 2020, não optando a Direção pela valorização dos custos e das receitas, com base em indicadores inflacionistas, nem em índice de preços de referência no consumo.

A rubrica que diz respeito a "outros rendimentos e gastos" foi provisionado 24.315,30 euros, respeitantes às rendas dos apartamentos.

Investimentos:

Quanto à previsão de investimentos futuros, vertido no "Plano de Ação e Orçamento para 2020" apresentado pela Direção da Instituição, estes incidirão sobretudo em obras de manutenção em edifícios, e/ou em renovação de equipamentos vários de cozinha (aquisição de câmara frigorífica) e lavandaria, de períodos de vida útil curtos e de desgaste rápido, aproveitando tanto quanto possível os quadros de apoio ao financiamento para as IPSS's e vertido em legislação que se encontre em vigor, e orientada para as Instituições.



CBESA
CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

Finalizado
[Handwritten signature]

Desinvestimentos:

Não está previsto tanto quanto nos dá a perceber, a intenção de alienar bens de equipamento ou outros, exceto aqueles que se encontrarem fora de uso, obsoletos ou de vida útil terminada, e/ou em que simultaneamente aportem algum retorno financeiro à Instituição.

Em resumo:

Os valores registados no "orçamento das demonstrações financeiras", apresentado para o ano económico de 2020, refletem a preocupação da Direção, em apresentar um orçamento que está muito condicionado, face às circunstâncias atuais de dificuldades e constrangimentos para todos os agentes económicos, e em particular para aqueles que operam na "economia social".

Tudo considerado, e se fizermos uma leitura dos resultados orçamentados, sob o ponto de vista do seu "cash flow", diríamos que este orçamento está dependente, considerando as situações deficitárias previsíveis das respostas sociais do Centro Educativo (Creche, Jardim de Infância e CATL), e a imprevisível alteração da valência Hospital, pelo que o Concelho Fiscal chama atenção da Direção para que estas situações económicas possam ser estudadas e encontradas soluções, de modo a não colocar em causa futuras situações financeiras do CBESA.

Assim, diríamos que o resultado líquido previsional negativo de 552.550,43 euros parece-nos aceitável, face ao exposto e ao atual contexto conjuntural, e a que damos o nosso parecer favorável:

Somos de parecer, que a Assembleia Geral:

- a) Aprove o "Plano de Ação e Orçamento para o ano económico de 2020".



CBESA

CENTRO DE BEM ESTAR
SOCIAL DE ALCANENA

Alcanena, 25 de Novembro de 2019

Os Membros do Conselho Fiscal,

(Manuel Mina Frazão- Presidente)

(Gabriel de Oliveira Feitor -Vogal)

(Jaime Pereira Barreiros-Vogal)