

*SECTOR*  
*DE*  
*GERONTOLOGIA*

## SECTOR DE GERONTOLOGIA

*“...as oferendas que os homens dão uns aos outros...é um tesouro de compreensões, de emoções e sobretudo de exigências...”*

*Albert Jacquart*

A Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior, tem como Missão a satisfação de carências sociais, de harmonia com o seu espírito tradicional, de quase cinco séculos de existência, informado pelos princípios da doutrina e moral cristãs e ainda pelos usos e costumes da Irmandade. Esta atividade mantém toda a atualidade e pertinência dado o progressivo e acentuado envelhecimento da população, justificando uma forte preocupação com os mais desfavorecidos, em especial com os mais idosos.

A Missão para a qual todos trabalhamos no Sector de Gerontologia, é prestar serviços de qualidade às pessoas idosas, suas famílias e comunidade em geral, importa assim, enveredar um esforço de coordenação e conjugação de esforços de todas as partes intervenientes, com uma única finalidade: **PROPORCIONAR O MELHOR BEM-ESTAR E CONFORTO ÀS PESSOAS IDOSA.**

A exclusão social nos idosos relaciona-se com a privação de relacionamento, caracterizada pelo isolamento. O processo do envelhecimento é visto por muitos como uma fase de decadência. A pessoa idosa é, na maior parte dos casos, rejeitada do sistema produtivo e social. As limitações económicas e físicas, a indisponibilidade da família, a perda de desempenho de papéis e a cessação da atividade, fazem com que praticamente perca a sua identidade.

O envelhecimento social é um processo frequentemente lento, que leva à progressiva perda de contactos sociais gratificantes. É um processo que se inicia em algum momento da vida de um dado ser humano, acentua-se em diferentes ocasiões e, através de avanços e recuos nem sempre muito precisos, pode levar à chamada “morte social”.

Existem “sinais” ou “sintomas” que indicam o seu progresso, tais como: diminuição de contactos sociais; distanciamento social; perda do poder de decisão; esvaziamento dos papéis sociais; perda de autonomia e independência; alterações nos processos de comunicação e crescente importância do passado. Existem diversas causas que podem acelerar este processo de envelhecimento social, entre as quais, a fragilidade do próprio idoso, a perda de poder económico e a perda de autoridade.

Neste âmbito a Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior, através do Sector de Gerontologia, presta diariamente apoio social a cerca de 130 pessoas idosas, através de quatro respostas sociais: Estrutura Residencial para Pessoas Idosas Lar Santa Beatriz, Centro de Dia Betânia, Serviço de Apoio Domiciliário e Centro Comunitário N.ª Sr.ª da Graça.

<b>Respostas Sociais</b>	<b>Nº Médio de Utentes</b>	<b>Utentes com Acordo de Cooperação</b>
<b>Estrutura Residencial para Pessoas Idosas</b>	65	55
<b>Centro de Dia</b>	30	30
<b>Serviço de Apoio Domiciliário</b>	27	27
<b>Centro Comunitário</b>	8 idosos no serviço de refeições. População em geral, no serviço de Bar	0

Anualmente cumpre planificar as atividades a desenvolver, sendo que o plano de atividades para o ano de 2015, deve assentar numa estratégia com objetivos concretos e bem delineados, por forma a poderem ser superados, nomeadamente:

- garantir a plena ocupação da capacidade das respostas sociais, flexibilidade e rapidez de resposta face às vagas existentes e prioridades da lista de espera;
- desenvolver uma abordagem centrada no idoso, com o enfoque da organização e funcionamento diário, na linha das necessidades e expectativas dos idosos, por forma a proporcionar-lhes uma melhor qualidade de vida e elevados níveis de satisfação, na perspetiva de prestação de serviços de qualidade;
- estimular um maior envolvimento, responsabilização e motivação dos profissionais nas funções desenvolvidas e na melhoria das relações interpessoais e do trabalho de equipa;
- promover as boas práticas de ética e deontologia profissional, assim como uma cultura de respeito pela privacidade, dignidade e autonomia da pessoa idosa;

O Sector de Gerontologia está organizado com base numa gestão integrada de quatro valências de apoio social a pessoas idosas, que funcionam com recursos em comum, como tal existem necessidades que são transversais a todas elas e que passamos a enunciar, como metas a alcançar em 2015:

- Elaboração de um Plano de Formação Profissional, em áreas estratégicas como: Primeiros Socorros e Atuação em Situações de Emergência; Relacionamento Interpessoal e Trabalho em Equipa; Desenvolvimento de Soft Skills e Resiliência; Cuidar em Humanidade.

– Temos consciência que o sucesso ou insucesso das atividades que desenvolvemos é determinado pela qualidade dos recursos humanos que estão afetos às mesmas. A gestão dos recursos humanos é complexa, constituindo um sério e complexo problema, sempre que causa perturbações ao funcionamento quotidiano das respostas sociais. Essas perturbações são de variada natureza, nomeadamente:

- Absentismo;
- Baixas médicas prolongadas;
- Execução do plano de férias ao longo do ano, dado que as nossas valências funcionam doze meses por ano;
- Dificuldades de adesão à mudança e inovação, clima de desconfiança e competição negativa, défice na coesão interna e espírito de equipa;

Temos assim que priorizar o desenvolvimento da política de gestão de recursos humanos da Misericórdia, que permita minimizar as dificuldades enunciadas e atingirmos os objetivos propostos no presente plano de atividades.

A avaliação contínua da qualidade dos serviços prestados, é um instrumento de melhoria, na qual utilizamos os seguintes indicadores:

- nº de não conformidades e reclamações;
- grau de satisfação dos idosos relativamente aos serviços prestados;
- resultados da avaliação anual de desempenho dos profissionais;
- taxa de absentismo;
- nº de ações de formação / nº de profissionais abrangidos;
- nº de atividades ocupacionais planificadas/executadas.

## **ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS, LAR SANTA BEATRIZ**

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Lar Santa Beatriz é a maior resposta social do Sector de Gerontologia, em termos do número de utentes, atualmente com 65 idosos, os recursos envolvidos, a própria dimensão da estrutura física, equipamentos e máquinas de dimensão industrial. Para além deste aspeto o Lar funciona ininterruptamente ao longo do ano, o que exige uma gestão em permanência do funcionamento de forma a prestarmos o melhor atendimento aos idosos.

A maioria dos utentes são idosos grandes dependentes ou com perda de autonomia, o que implica uma maior atenção individualizada e personalizada às suas necessidades, temos consciência que se tem vindo a apostar num reforço de pessoal qualificado em especial no Lar, com a constituição de uma equipa multidisciplinar na área social, animação sociocultural, psicologia e saúde sendo que nesta área atualmente contamos com três enfermeiros a tempo inteiro, sendo o apoio médico prestado pelos médicos de família do Centro de Saúde e mantemos ainda em continuidade a as atividades de Fisioterapia com um Fisioterapeuta a tempo inteiro.

Refira-se ainda que foi com muita alegria e orgulho que em 2014, assinalámos o centésimo quinto aniversário de uma idosa e que em Janeiro de 2015 prevemos assinalar o centésimo aniversário de três idosas.

## **CENTRO DE DIA BETÂNIA**

Em Janeiro de 2014, esta resposta social foi integrada nas instalações do Lar Santa Beatriz, depois da criação de novas instalações sanitárias, de acordo com o parecer técnico da Segurança Social. Decorrido quase um ano de funcionamento integrado, constatamos a existência de alguns constrangimentos, nomeadamente com a utilização em simultâneo das salas de convívio e de refeições por cerca de 100 pessoas, que na sua maioria apresentam perda de autonomia e grandes dificuldades na mobilidade.

Verificamos assim um défice no espaço vital para os idosos, onde possam desenvolver as suas potencialidades de marcha e mobilidade e que a proximidade e partilha muito próxima dos mesmos espaços, origina dificuldades no desenvolvimento de atividades ocupacionais, potenciando tensão e conflitos latentes.

Desta forma temos uma forte preocupação com esta situação sendo a sua resolução umas das prioridades propostas para 2015, com a reorganização dos espaços para funcionamento desta resposta social, sendo para tal necessário encontrar financiamento, para concretização do projeto de obras de remodelação das instalações já existentes na Quinta de S. Pedro.

## **SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO**

O Serviço de Apoio Domiciliário, tem como objetivo prestar serviços domiciliários, no âmbito a pessoas que apesar da perda de funcionalidade, optem por permanecer nas suas residências com a segurança da satisfação de todas as suas necessidades.

Com o aumento do número de idosos grandes dependentes, têm aumentado as solicitações para o serviço de higiene pessoal e acompanhamento a idosos dependentes mais alargado ao longo do dia e noite, para as quais não temos resposta com o atual funcionamento desta resposta social.

Justifica-se assim um reforço da equipa de hígienes a pessoas dependentes, propondo-se a constituição de uma nova equipa e possível alargamento do acordo de cooperação com a Segurança Social para Serviço de Apoio Domiciliário Noturno.

O Serviço de Apoio Domiciliário Noturno, visa proporcionar um serviço de acompanhamento ou em situação de emergência, aos idosos que se encontrem em situação de dependência e isolamento e reforça o serviço diurno das respostas sociais de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

Para a concretização deste projeto contamos com a parceria da GNR de Campo Maior, piquete noturno para garantir a segurança e da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Campo Maior, para apoio logístico a situações emergentes.

## **CENTRO COMUNITÁRIO N.ª SR.ª DA GRAÇA**

A Santa Casa da Misericórdia prosseguindo os seus fins de ação social, tem desenvolvido uma vasta atuação no sentido da resolução de diferentes problemáticas sociais do Concelho de Campo Maior. Tendo consciência que o desenvolvimento social de âmbito local é fundamental para a obtenção da garantia do bem-estar da população, desde o ano de 1995 que mantém em funcionamento na Aldeia Histórica de Ouguela, o Centro Comunitário N.ª Sra. da Graça.

O Centro Comunitário, é uma resposta social, que engloba serviços e atividades diversificadas de acordo com as necessidades sentidas pela população de Ouguela, integrando de forma harmoniosa todas as gerações, tendo em vista a integração e formação social das pessoas e da comunidade, estimulando a sua participação e fomentando o voluntariado.

O Centro Comunitário constitui um pólo de animação com vista à prevenção de problemas sociais e implementação de ações de desenvolvimento local, coletivamente assumidas numa

lógica baseada no conhecimento global da realidade, integração, parceria e coresponsabilização.

Até ao momento não foi possível celebrar Acordo de Cooperação com a Segurança Social, que permita a comparticipação financeira das atividades desenvolvidas, minimizando o défice orçamental verificado nos últimos anos.

## **EMPRESA DE INSERÇÃO SOLIDÁRIA**

Mantemos também em funcionamento, no âmbito do mercado social de emprego e do apoio social aos idosos, a Empresa de Inserção “SOLIDÁRIA”, que abrange 7 postos de trabalho, continuando a dar oportunidade de formação e inserção profissional na área da geriatria a desempregados de longa duração.

## **PROJECTOS FUTUROS**

O maior desafio demográfico das próximas décadas será o envelhecimento da população e da sociedade. Um facto inegável que tem despertado a consciência de organismos públicos e privados, serviços e sociedade civil, no sentido da proteção às pessoas idosas. A mais-valia que todo e qualquer cidadão representa é potenciada pela idade e pela experiência de vida, um recurso valioso e insubstituível na construção e desenvolvimento de uma sociedade, esperando-se que a pessoa idosa desempenhe um papel preponderante neste processo, desejando-se uma atitude social que ponha em prática o lema: “envelhecer com qualidade”.

O aumento da longevidade e dos aspetos a ela inerentes, fazem do fenómeno do envelhecimento uma questão de estudo atual, que merece uma reflexão aprofundada, tanto do ponto de vista social, da saúde e económico. À semelhança do que se tem verificado nos países desenvolvidos, também em Portugal a população tem envelhecido, transformando-se as estruturas populacionais, as formas e os padrões de interação. Torna-se, por isso, necessário fomentar, conciliar e desenvolver práticas a nível local, sinalizando problemas no concreto e diversificando um conjunto de respostas adaptadas às necessidades de cada comunidade, cada grupo e cada pessoa idosa sem exceção.

A Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior atuando também no domínio da prestação de cuidados às pessoas idosas e suas famílias necessita de se adaptar para corresponder ao repto de um envolvimento crescente dos destinatários imprimindo à sua dinâmica uma perspetiva de intervenção sócio/ económica sustentada.

O Lar Santa Beatriz, funciona no atual edifício desde 1992, sendo o seu projeto da década de 80, tendo durante estes anos surgido novas recomendações técnicas que implicam a necessidade de obras de adaptação. Acresce ainda o facto de o projeto inicial ter diversas lacunas na sua conceção, que acarretam dificuldades de funcionamento do Lar. Consideramos que seria de toda a relevância para a Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior um estudo de viabilidade económico – financeiro do investimento necessário na adaptação do atual edifício ou na opção de construção de um novo Lar.

O Lar em funcionamento foi concebido para pessoas autónomas, quer a nível da estrutura física, dos equipamentos existentes e mesmo dos recursos humanos, o que implica fortes constrangimentos que se refletem diariamente na qualidade dos serviços prestados.

O grande número de idosos com alta hospitalar e que ingressam no Lar com necessidade de cuidados de saúde, assim como as situações de grande dependência, doenças crónicas e em fase terminal justificam a elaboração de um projeto de criação de uma nova resposta social e de saúde, nomeadamente uma Unidade de Cuidados de Longa Duração e Cuidados Paliativos.

Em pleno século XXI existem disponíveis no mercado novas tecnologias que aumentam a qualidade de vida e que facilitam os cuidados de vida diários às pessoas idosas e em situação de dependência que seria prioritário dotar o Lar Santa Beatriz com o objetivo de melhorar a qualidade dos serviços prestados, nomeadamente:

- Remodelar o sistema de campainhas de chamada nos quartos e casas de banho, por forma a garantir a segurança dos idosos;
- Instalação de corrimões de apoio nos corredores e acessos aos quartos e barras de sinalização nos degraus das escadas, com o objetivo de facilitar em segurança a mobilidade e autonomia dos idosos e como prevenção de quedas;
- Instalação de equipamento informático para sistematização e controle de registos de cuidados de vida diários e stocks;
- Instalação de um sistema de vídeo vigilância para espaços comuns e acessos ao exterior, por forma a garantir a segurança dos idosos, funcionando ainda como um ótimo mecanismo de prevenção de maus tratos;

Os apoios técnico-financeiros do sector público são fundamentais para a execução deste tipo de projetos, dado que implicam elevados montantes financeiros na implementação do projeto e no seu funcionamento. Assim sendo seria de todo o interesse a negociação com a Segurança Social e a Saúde para garantir a viabilidade dos projetos.



O apoio e parcerias das entidades locais nos projetos futuros é também fundamental, nomeadamente Autarquia Local, tecido empresarial e eventuais investidores do sector privado.

## **PARCERIAS**

O trabalho em parceria, colaboração e cooperação institucional é fundamental na conjuntura atual, por forma a rentabilizar os recursos existentes na comunidade em que trabalhamos, destacamos assim os seguintes parceiros com os quais nos propomos trabalhar durante o ano 2015:

- Centro Distrital de Segurança Social de Portalegre, mediante Acordos de Cooperação para as respostas sociais;
- Município de Campo Maior;
- Centro de Emprego de Elvas;
- Centro de Saúde de Campo Maior e Hospitais de Elvas e Portalegre;
- Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Campo Maior;
- Farmácias de Campo Maior;
- Paróquia de Campo Maior;
- CURPI e Lar de N.ª Sr.ª da Graça dos Degolados;
- Coração Delta;
- Agrupamento de Escolas de Campo Maior;
- GNR de Campo Maior.

*“ Caminhamos, caminhamos em busca de um novo mundo que não encontramos. Continuamos a caminhar e resta-nos acreditar, que o nosso objetivo será atingido”.*

*“Adeus anos! Adeus olhos,  
Adeus ouvidos, adeus dentes,  
Adeus pernas, adeus fôlego!  
E é espantoso, no fundo,  
Como conseguimos passar  
Sem tudo isso...”*  
**Claudiel**

## **ANIMAÇÃO DE IDOSOS**

“A animação Sociocultural é um conjunto de práticas sociais que têm como finalidade estimular a iniciativa, bem como a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integrados” (UNESCO, 2009).

Na década de sessenta, marcada pelo irromper da Animação Sociocultural na Europa, a faixa etária que assume um notável protagonismo é a Juventude, influenciada pelas teorias da libertação e pela procura de novos caminhos, novas utopias no sentido de se caminhar na procura de um mundo mais justo, mais solidário, mais fraterno e onde o homem caminhe lado a lado com o outro homem.

O século XXI traz-nos a assunção da Terceira Idade contudo, ao contrário do ocorrido no início do século XX, ainda não vimos por parte do poder político a adoção de medidas que permitam a valorização dos Idosos através do desenvolvimento das suas práticas, das suas vivências, experiências e saberes.

Vimos, ouvimos e lemos e não podemos ignorar que tem existido no nosso país um desfasamento entre a intenção e a ação. Se é verdade que a norma contempla a Animação Sociocultural nos Lares, nos Centros de Dia, nos hotéis geriátricos... também é verdade que tal principio norteador não tem tido aplicabilidade real, e mesmo naqueles espaços que teimam em chamar Animação Sociocultural a um conjunto de atividades difusas que reduzem os idosos a seres desprovidos de sentido crítico, aplicando uma visão estereotipada e antipedagógica de que “somos crianças duas vezes”, quando na verdade o ciclo da vida comporta a infância, a juventude, a idade adulta e a idade maior. Portanto, não à infantilização da Terceira Idade normalmente feita de forma disseminada e levada a cabo por “animadores” que reduzem a animação a matar o tempo e não a animar o tempo.

Aquilo que se espera de um programa de Animação Sociocultural para a Terceira Idade não é trabalhar para a Terceira Idade, mas sim trabalhar com a Terceira Idade, transformando

os utentes em protagonistas, leva-los à projeção e à partilha das suas vivências, das suas memórias, dos seus saberes e das suas inquietações.

Um programa de Animação Sociocultural na Terceira Idade deve ter como objetivo central a valorização da memória normalmente povoada de histórias, lendas, canções, jogos, contos...

Uma Animação Sociocultural assim entendida procura que os “Maiores” assumam uma cidadania também maior, isto é, seres que pensam, agem, e que se transformam como construtores de mudança. A isto chama-se cidadania assumida por cidadãos comprometidos com o seu desenvolvimento social, cultural e educativo.

Este século é efetivamente o tempo dos Maiores. Um tempo onde emerge a necessidade do poder político não reduzir os idosos a oportunismos normalmente ditados por calendários políticos/eleitorais. Ao contrário de uma perspetiva assistencialista normalmente assumida com a capa de Serviço Social ou Trabalho Social, onde comumente o trabalhador social trabalha para a terceira idade, contactando com os problemas, mas não procurando mobilizar os idosos para os superar, a Animação Sociocultural assenta numa tríade do Social, Cultural e Educativo, onde o Animador Sociocultural é um Técnico que vai trabalhar na Terceira Idade identificando os problemas mas simultaneamente com a envolvimento dos usuários os superar.

Também não podemos ignorar o carácter terapêutico e paliativo da Animação Sociocultural na Terceira Idade, porque um programa de Animação Sociocultural é um programa de intervenção em grupo, onde as pessoas interagem, criam dinâmicas, mobilizam-se e vencem medos, temores, inibições, bloqueios...

A ação compartilhada gera alento, vida, gera guerra aos antidepressivos, à intoxicação de fármacos... “Um programa de Animação Sociocultural na Terceira Idade pode não servir para dar mais anos à vida, mas estamos certos que serve para dar mais vida aos anos que restam”. (in A Animação Sociocultural na Terceira Idade, pág. 11).

## **INSTITUCIONALIZAÇÃO DO IDOSO**

Ao dar entrada num lar, o idoso entra num ambiente onde, provavelmente irá passar os seus últimos dias e o idoso tem consciência disso. Ele chega sozinho, com apenas alguns dos seus pertences, a um mundo em permanente contato com a morte; ele tem que se inserir numa nova estrutura e aprender, conhecer e respeitar as regras e hábitos da mesma, tais como os horários das refeições, do levantar e deitar, entre outras, sem poder sequer opinar sobre os mesmos, sob o risco de ser marginalizado e até mesmo maltratado.

A institucionalização do idoso, com todo o desconhecimento de um mundo novo, está frequentemente relacionada com um aceleração de todos os processos degenerativos implícitos do envelhecimento. A perda de apoio afetivo e psicossocial que geralmente acompanha a institucionalização do idoso pressupõe uma diminuição da ligação afetiva e social com o mundo exterior, o que pode levar ao surgimento de sintomas tais como inibição, incapacidade relacional, perturbações ansiosas, sintomas depressivos, marasmo, e até mesmo à morte, passando por sentimentos de desespero, frustração, e de perda de interesse pela vida. No processo de adaptação é muito importante que todos os profissionais trabalhem em conjunto para proporcionar ao idoso uma adaptação rápida e fácil, mas o trabalho com as famílias é de extrema importância pois é nela que o idoso nesse momento confia. Com o passar do tempo e com a adaptação feita com sucesso o idoso tende a cooperar e a participar de modo ativo nas atividades promovidas pela instituição.

A animação de idosos começa quando respeitamos os mais elementares dos seus direitos, como sejam o direito à escolha, à privacidade, à integração e à participação ativa nos pormenores da sua vida. A qualidade de vida do idoso numa instituição depende então destes fatores, assim como de um acompanhamento decente, cuidado e eficiente por parte dos trabalhadores das instituições que os acolhem.

Dos vários estudos realizados podemos constatar que a qualidade de vida (ou a falta dela) nos idosos institucionalizados depende em grande medida dos seguintes fatores:

- Possuir autonomia para executar as atividades do seu dia-a-dia;
- Manter uma relação familiar e/ou com o exterior regular;
- Ter recursos económicos suficientes;
- Realizar atividades lúdicas e recreativas constantemente;

## **DIFERENTES FACETAS DA ANIMAÇÃO**

Podemos dividir a animação de idosos em sete partes, no entanto algumas facetas cruzam-se entre elas:

1. Animação física ou motora
2. Animação cognitiva
3. Animação através da expressão plástica
4. Animação através da comunicação
5. Animação associada ao desenvolvimento pessoal e social

6. Animação lúdica

7. Animação comunitária

### **ANIMAÇÃO FÍSICA OU MOTORA**

É aquela em que desejamos que o idoso faça algum tipo de movimento. A psicomotricidade considera o movimento como uma ação relativa a um sujeito, isto é, uma ação que só se pode compreender nas estruturas neuro psicológicas que o integram, elaboram, regulam, controlam e executam. A psicomotricidade visa essencialmente:

- Mobilizar e reorganizar as funções mentais
- Aperfeiçoar a conduta consciente e o ato mental
- Elevar as sensações e percepções a níveis de consciencialização, simbolização e conceptualização da ação aos símbolos, passando pela verbalização
- Maximizar o potencial motor, afetivo-relacional e cognitivo
- Fazer do corpo uma síntese integradora da personalidade

Nesta faceta da animação proporcionamos ao idoso momentos de descontração e relaxamento após a realização de pequenos exercícios orientados pela Fisioterapeuta ou pelo Professor de Educação Física.

### **ANIMAÇÃO COGNITIVA**

Representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criadora, à melhoria nas relações e comunicação com os outros, a que se faz parte, incentivando o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e da sua autonomia. A animação cognitiva desenvolve pequenos exercícios mentais de modo a exercitar a memória, a concentração, a comunicação, entre outros mais, sempre orientados pelo Psicólogo ou pelas Técnicas do Gabinete Alzheimer. M@ior.

### **ANIMAÇÃO ATRAVÉS DA EXPRESSÃO PLÁSTICA**

Neste tipo de animação pretende-se que o idoso trabalhe a sua faceta artística através da moldagem, bordados, pintura, desenhos, colagem, recortes, etc., que tenha contato com vários materiais e várias técnicas. Que se possa exprimir através da arte, proporcionando momentos de descontração e diversão. A animação plástica é simultaneamente motora e cognitiva, pois trabalhamos a destreza fina e a agilidade mental.

## **ANIMAÇÃO ATRAVÉS DA COMUNICAÇÃO**

Neste tipo de animação queremos que os idosos comuniquem com os outros e essa comunicação pode ser feita pela música, pelo teatro, pela dramatização, pela dança, pela poesia, fotografia, etc. Na animação expressiva de comunicação, os idosos transmitem os seus sentimentos e emoções através da voz, do comportamento, da postura e do movimento.

## **ANIMAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

Aqui pretende-se desenvolver o “eu” dos idosos, as suas experiências de vida, as suas emoções e sentimentos. Com esta animação estimula-se o autoconhecimento, a interação entre a pessoa e o grupo e a dinâmica de grupo. Nesta faceta desenvolvemos as dinâmicas de grupo que trabalham várias componentes, tais como a integração no grupo, o memorizar nomes e rostos, incluímos nesta animação toda a componente de religião, espiritualidade e meditação.

## **ANIMAÇÃO LÚDICA**

A animação lúdica, como o seu nome indica, é a animação que tem por objetivo divertir as pessoas e o grupo, ocupar o tempo, promover o convívio e divulgar conhecimentos, artes e saberes, é vocacionada principalmente para a essência da animação: o lazer, o entretenimento e a brincadeira. Inclui-se os passeios convívio, os intercâmbios, os jogos, as idas aos museus, os teatros, as festas, ver televisão, etc.

## **ANIMAÇÃO COMUNITÁRIA**

A animação comunitária é aquela em que o idoso participa ativamente no seio da comunidade como elemento válido, ativo e útil. Esta animação destina-se essencialmente a idosos autónomos que ainda querem e podem ter uma voz ativa na comunidade onde vivem.

## **ANIMAÇÃO NA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE CAMPO MAIOR**

### **População-alvo:**

Utentes institucionalizados no Lar Santa Beatriz, Centro de Dia Betânia e Centro Comunitário de Ouguela.

### **Recursos humanos:**

Animadora sociocultural e auxiliares

**Recursos materiais:**

O material necessário é proveniente da Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior.

**Local:**

A animação sociocultural funciona em dois locais distintos:

1. Lar Santa Beatriz e Centro de Dia
2. Centro Comunitário Nossa Senhora da Graça de Ouguela, localizado na mesma freguesia.

As atividades são efetuadas na sala de estar comum dos utentes destas respostas sociais.

**Objetivos específicos das atividades**

- Aumentar a autoestima das pessoas idosas e difundir uma imagem positiva das mesmas;
- Reforçar as identidades culturais e convívio intergeracional;
- Aumentar os períodos de distração;
- Promover a socialização;
- Promover a troca de experiências;
- Desenvolver a destreza física e mental do idoso;
- Envolver a comunidade em geral, no processo de integração social dos nossos utentes;
- Promover hábitos de vida saudável;
- Contribuir para a valorização pessoal e social do idoso;
- Contribuir para o enriquecimento cultural do idoso;
- Prevenir a desorientação no tempo e no espaço;

**ATIVIDADES GENÉRICAS A DESENVOLVER**

Durante o ano são desenvolvidas nas diferentes respostas sociais diferentes atividades, consoante o mês e a época em que estamos. Desenvolvemos atividades de maior importância, tais como algumas comemorações e visitas, mas durante a semana desenvolvemos atividades para distintos gostos:

- Comemoração de dias festivos durante o ano civil (Natal, Carnaval, Páscoa, Santos Populares, Dia Nacional dos Avós, Dia Internacional do Idoso, S. Martinho...);
- Ateliers de expressão plástica;

- Ateliers de culinária (incluímos neste atelier a confeção de bolos mas também “o arranjar” os alhos, feijão verde, ervilhas...;
- Encontros intergeracionais;
- Organização de almoços/lanches alegóricos;
- Passeios convívios;
- Conversas informais/diálogos;
- Jogos de tabuleiro, de memória e destreza manual;
- Visitas a museus, ou outros locais de interesse;
- Celebrações eucarísticas;

A par das atividades referidas anteriormente que pretendemos desenvolver, e das atividades em parceria com a Técnica de Fisioterapia que já se desenvolvem, iremos ter várias inovações, umas delas, serão as aulas de Educação Física adaptada à 3ª idade, em parceria com o Município de Campo Maior, que contará com a presença de um professor de 15 em 15 dias e realizará sessões no salão comum, das 11h às 11h45.

Com o Gabinete Alzheimer. M@ior, serão realizadas, em parceria com as Técnicas, as Oficinas da Memória, que consistem em momentos onde se estimulam os idosos de várias maneiras, quer seja com jogos ou simplesmente com conversas. As Oficinas serão desenvolvidas ou no salão comum ou na Sala “S’timulo”, às 3ª feiras, 4ª feiras e 5ª feiras das 10h45 às 11h45. Também em parceria com o Gabinete Alzheimer. M@ior, vamos desenvolver as “Tardes com histórias” que consiste em trazer uma figura pública, artista ou alguém interessante, passar uma tarde com os idosos e interagindo com eles em conversas informais ou até mesmo uma atuação de um grupo. Pretendemos também realizar uma sessão fotográfica com os idosos do Centro de Dia, onde serão fotografados em diferentes momentos para a realização de uma exposição e que a família posteriormente poderá adquirir as fotografias. Iremos desenvolver em parceria com a Escola Secundária de Campo Maior o projeto “Cabelos brancos com estória”, que consiste num intercâmbio entre os idosos e os jovens, para sessões de leitura e contacto com as novas tecnologias que decorrerá tanto no lar como na biblioteca da Escola. Este projeto tem como objetivo a partilha entre as gerações, realçar a importância da leitura nos mais jovens desenvolvendo assim a imaginação dos idosos quando ouvem. Pretendemos aproximar os idosos das novas tecnologias, podendo contactar os filhos ou netos que estão noutros países através das redes sociais.



## ATIVIDADES A DESENVOLVER MENSALMENTE

<b>Janeiro</b>	<b>Fevereiro</b>	<b>Março</b>	<b>Abril</b>
* Comemoração do Dia de Reis (6 de Janeiro);	* Comemoração do Carnaval; * Visita à “Feria de los Mayores”;	* Comemoração do Dia Internacional da Mulher (8 de Março); * Comemoração do Dia do Pai (19 de Março); * Comemoração do Dia Mundial da Poesia (21 de Março);	*Comemoração da Páscoa; *Comemoração do Dia Mundial dos Monumentos e Sítios (18 de Abril) *Comemoração do Dia Nacional da Liberdade (25 de Abril); *Comemoração do Dia Mundial da Dança (29 de Abril); *Passeio convívio à N <sup>a</sup> Sra. da Enxara;
<b>Maio</b>	<b>Junho</b>	<b>Julho</b>	<b>Agosto</b>
* Comemoração do Dia da Mãe (1 <sup>o</sup> Domingo de Maio); * Comemoração do Dia Internacional das Famílias (15 de Maio); * Comemoração do Dia Internacional dos Museus (18 de Maio); * Passeio ao Santuário do Chandavila;	* Comemoração dos Santos Populares; * Arraial de S. Pedro (28 de Junho);	* Comemoração do Dia Nacional dos Avós (26 de Julho);	
<b>Setembro</b>	<b>Outubro</b>	<b>Novembro</b>	<b>Dezembro</b>
* Passeio à Feira de S. Mateus (Elvas);	* Comemoração do Dia Internacional das Pessoas Idosas (1 de Outubro); * Comemoração do Dia Nacional dos Castelos (7 de Outubro);	* Comemoração do S. Martinho (11 de Novembro);	* Comemoração do Natal;

## LAR SANTA BEATRIZ

### PLANO SEMANAL DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL 2015

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Domingo
<b>9h-12h</b>	Preparação das atividades	Atelier de Expressão Plástica		Atelier de Expressão Plástica	Avaliação das atividades	Eucaristia
	Apoio Psicológico		Apoio Psicológico		Apoio Psicológico	
	Educação Física adaptada à 3ª idade (15 em 15 dias)	<b>Oficina da Memória</b> (Atividades de desenvolvimento cognitivo)	<b>Oficina da Memória</b> Atividades de desenvolvimento cognitivo	<b>Oficina da Memória</b> Atividades de desenvolvimento cognitivo	Dinâmicas de grupo	
	Fisioterapia	Fisioterapia	Fisioterapia	Fisioterapia	Fisioterapia	
<b>14h – 16h</b>	Apoio Psicológico	Apoio Psicológico	Apoio Psicológico	Apoio Psicológico	Apoio Psicológico	
	Atelier de Expressão Plástica	Atividades de Animação no <b>Centro de Dia Betânia</b>	Passeios ao exterior	Atividades de desenvolvimento motor e dinâmicas de grupo	Atividades de Animação no <b>Centro de Dia Betânia</b>	

\* Estas intervenções podem sofrer alterações, de acordo com as folgas da animadora e os locais de intervenção.

## CENTRO DE DIA BETÂNIA

### PLANO SEMANAL DE ACTIVIDADES

Horas	2ª Feira	3ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>14h – 16h30</b>	Fisioterapia	Animação sociocultural	Fisioterapia	Animação sociocultural

## PSICOLOGIA

*“Os cuidados do corpo não excluem os cuidados da alma, os cuidados da alma (psyche) não dispensam que se leve em consideração a dimensão ontológica e espiritual do homem. Não existe saúde que não seja ao mesmo tempo salvação.”*

Jean Yves-Leloup

O processo acentuado do envelhecimento é um fenómeno real e relativamente recente nas sociedades mundiais (Barata, 2003). Quando falamos em velhice devemos pensar em termos de processo, em ciclo de vida: a velhice não é um facto isolado mas é antes o resultado e o prolongamento de um processo (Arcuri, 2006). Considerar a vida como um processo ininterrupto no qual possamos estar em constante desenvolvimento é fundamental. Envelhecer pode, por vezes, ser perigoso quando na segunda metade da vida, carregamos o passado como um imenso fardo: os sentimentos, as frustrações da vida, da vida não vivida, os ressentimentos e as mágoas.

O envelhecimento é assim um processo biológico, psicológico e social que atinge o ser humano na plenitude da sua existência, que modifica a sua relação com o tempo, o seu relacionamento com o mundo e com a sua própria história, e que acarreta uma série de alterações da dinâmica pessoal, familiar, social e profissional. A velhice deve então ser entendida na sua dimensão biopsicossocial. Assim, o relacionamento do/a idoso/a com o mundo caracteriza-se pelas dificuldades adaptativas, tanto emocionais como fisiológicas, pela sua *performance* ocupacional e social, pelo pragmatismo, pela dificuldade para aceitação do novo e pelas alterações na escala de valores. No relacionamento com a sua história, o/a idoso/a pode atribuir novos significados a factos antigos e os tons mais maduros da sua afetividade passam a colorir a existência com novas matrizes; alegres ou tristes, culposas ou de mérito, frustrantes ou gratificantes, satisfatórias ou sofríveis. Por tudo isso, a dinâmica psíquica do/a idoso/a é exuberante, rica e complicada (Ballone, G.J., 2000). Tendo em conta esta realidade, apesar do envelhecimento ser comum a todas as pessoas, cada pessoa é um ser único e reúne características individuais, experiências e vivências, que conduzem a um envelhecimento também ele vivido de forma muito particular.

Neste sentido, o papel da psicologia é relevante na promoção e manutenção da saúde mental, uma vez que a velhice pode acarretar maior vulnerabilidade a disfunções. Assim, o

papel do psicólogo passa por atuar na avaliação e na reabilitação cognitiva, na psicoterapia de idosos/as, no apoio a familiares e cuidadores, na difusão de informação e sensibilização da população acerca do envelhecimento e suas vicissitudes, na sensibilização e apoio a cuidadores, entre outras funções.

Torna-se assim necessária uma abordagem ecológica que concorra para a melhoria da qualidade de vida do/a idoso/a, contribuindo de igual forma para a promoção do envelhecimento ativo. Pretende-se desta forma caminhar no sentido de adotar uma abordagem mais preventiva do que remediativa, procurando encontrar as soluções que melhor respondam às necessidades de cada pessoa, sempre tendo em conta os aspetos diferenciados das suas personalidades. Assim, é importante, criar um clima de confiança e segurança emocional com os/as clientes, apoiando-os/as, e encorajando-os/as a conservar uma imagem positiva de si próprios. Por outro lado devemos encorajar e estimular os/as idosos/as a manter as relações familiares e sociais, e de um modo particular com a família mais próxima, por serem, nesta assim como em todas as fases da vida, suportes essenciais ao bem-estar psicológico, social, e físico. Falar sobre o passado é muito mais do que recordar, é vivenciar as experiências duas vezes, e neste sentido os suportes, familiar e social são um campo fértil, permitindo ao/a idoso/a experimentar emoções positivas através da reminiscência, que lhe poderão ser muito úteis no futuro.

As condições de eficácia da relação terapêutica passam então pela congruência e autenticidade, pela consideração positiva e condicional, pela comunicação e compreensão empática. Neste sentido importa dar mais importância ao acolhimento do que à iniciativa, uma maior concentração sobre as vivências e não tanto aos factos em si, direcionar o interesse e atenção para a pessoa e não para o problema, um maior respeito e consideração pela pessoa e facilitação no processo de comunicação. No fundo, o cuidado torna-se presente na, e através da relação que o encontro inter-humano proporciona entre os seus intervenientes, entre o cuidador e a pessoa cuidada, e cuidar do outro pressupõe atenção à sua individualidade e às suas necessidades. Porque o que importa são as pessoas.

Dado que a satisfação e motivação dos/as colaboradores/as são fatores críticos de sucesso para atingir dos objetivos estabelecidos, e conseqüentemente para a implementação da estratégia organizacional, estes serão alvo de intervenção no sentido de perceber as suas preocupações e necessidades, de modo a poderem ser implementadas medidas preventivas e corretivas que visem a melhoria contínua dos serviços prestados pela instituição.

## **PLANIFICAÇÃO DO APOIO PSICOSSOCIAL**

### **POPULAÇÃO - ALVO:**

- Idosos institucionalizados/as no Lar de Santa Beatriz e respetivas famílias.
- Colaboradores/as do Lar Santa Beatriz.

### **RECURSOS HUMANOS:**

Os serviços de Psicologia contam atualmente com uma Psicóloga e com o apoio prestado por uma Técnica Superior.

### **RECURSOS MATERIAIS:**

Lar Santa Beatriz: O apoio psicossocial é prestado num gabinete reservado para o efeito no 1º andar do respetivo edifício. Os materiais utilizados no desenvolvimento das sessões pertencem à Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior.

### **OBJETIVOS PSICOSSOCIAIS:**

- Apoiar e auxiliar o/a idoso e seus familiares ao longo do processo de institucionalização;
- Promover a integração do/a idoso no novo contexto de vida;
- Identificar e ajudar a gerir os problemas psicossociais que possam dificultar a inserção e/ou vivência do/a idoso na Estrutura Residencial;
- Analisar e avaliar com o/a idoso, e respetiva família, a sua situação individual, com vista a promover uma intervenção ecológica;
- Procurar garantir a satisfação das necessidades e a promoção das capacidades dos/as diversos/as idosos tendo em conta as suas idiossincrasias;
- Apoiar o/a idosos em situações de crise;
- Prestar todos os cuidados adequados à satisfação das necessidades, tendo em vista a manutenção da autonomia e da independência do/a idosos;
  
- Promover a manutenção da autonomia, ao nível das atividades de vida diárias;
- Contribuir para a promoção da estimulação cognitiva através do desenvolvimento de atividades de caráter pontual e contínuo;
- Contribuir para o (re) estabelecimento e manutenção de relações sociais;
- Promover o desenvolvimento pessoal e social através de ações de sensibilização e do estabelecimento de conversas informais;

- Reforçar os laços familiares entre os/as idosos/as e os seus familiares, através do atendimento familiar;
- Fomentar um ambiente calmo, confortável e humanizado;
- Promover ações de sensibilização sobre a importância da humanização dos serviços e da comunicação, junto dos/as colaboradores/as.
- Auxiliar os prestadores de cuidados nas diferentes instituições com estratégias que visam a melhoria dos serviços prestados.
- Desenvolver um trabalho colaborativo e integrante com outros técnicos.

**ATIVIDADES A DESENVOLVER COM VISTA A ATINGIR OS OBJETIVOS ACIMA REFERIDOS:**

- Avaliação e intervenção psicológica – despiste psicopatológico, apoio psicológico, atividades de promoção da autoestima, atividades de estimulação cognitiva;
- Acompanhamento social – ações de promoção e apoio ao acesso a direitos, bens e serviços;
- Promoção do estabelecimento de relações sociais;
- Apoio informativo e formativo – Ações de informação, orientação e formação aos/às clientes, com vista a uma maior adaptação a situação novas;
- Apoio informativo e formativo – Ações de formação e sensibilização aos/às prestadores/as de cuidados e colaboradores/as do Lar Santa Beatriz;
- Atividades de Voluntariado – Organizar e dinamizar atividades com vista a promover a intergeracionalidade;
- Elaboração dos planos de acolhimento e admissão dos/as idosos do Lar Santa Beatriz;
- Desenvolvimento dos Planos Individuais de Cuidados;
- Continuidade da Comissão de Utentes composta por idosos residentes no Lar Santa Beatriz, e implementada em 2014;
- Estabelecimento de pontes de interação e comunicação com instituições que se dediquem ao desenvolvimento e acompanhamento de doentes com patologias específicas, tais como a Demência e Alzheimer;
- Desenvolvimento de atividades específicas com outros técnicos.

## **PRINCIPAIS ÁREAS A INTERVIR:**

- Apoio espiritual;
- Intimidade e vida privada;
- Conclusão do ciclo de vida;
- Promoção das relações de cooperação entre família/instituição;
- Promoção do desenvolvimento pessoal e social;
- Formação inicial e contínua a todos/as os/as colaboradores/as;
- Comunicação e assertividade;
- Gestão de conflitos pela inteligência emocional;
- Gestão de equipas de trabalho;
- Motivação de equipas;
- Gestão da relação Idoso/Prestador de cuidados.

## **FISIOTERAPIA**

A fisioterapia tem sido muito importante na reabilitação individual de cada idoso, tem permitido a cada idoso melhorar as suas queixas e evitar a perda de mobilidade.

Na instituição existem diversos graus de dependência, alguns idosos apresentam uma dependência total nas suas AVD's (Atividades da Vida Diária) em que a abordagem terapêutica nesses idosos será apenas uma prevenção de zonas de pressão e aplicar uma abordagem mais afetiva que física. É importante referir que a maioria dos idosos tem mantido a sua mobilidade e o interesse em melhorar a sua condição física, para tal frequentam diariamente a sala da fisioterapia. Atualmente a maioria dos idosos têm a consciência que a atividade física ajuda-os a mantê-los sãos, a retardar e diminuir as mudanças fisiológicas que ocorrem devido ao envelhecimento e também ajuda na prevenção de doenças.

Em 2014, um dos objetivos principais como fisioterapeuta foi estimular o maior número de idosos para participarem na fisioterapia permitindo que cada um usufruísse dos equipamentos existentes na sala da fisioterapia e dos tratamentos individualizados para que cada um alcançasse mais qualidade de vida. Mas há sempre fatores que dificultam de uma certa forma a assiduidade de 100% dos idosos da instituição, como o grau de demência do

idoso, das hospitalizações de diversos idosos e da vontade do idoso em manter a sua atividade física.

Convém referir que os idosos não fazem parte de uma categoria homogénea, pois cada idoso tem uma história de vida, uma personalidade e é condicionado por um conjunto de fatores que tornam a sua existência única, embora partilha experiências sociais uns com os outros.

Para além da reabilitação existiu uma outra abordagem da fisioterapeuta na instituição que é a prevenção de quedas, em que permitiu continuar a sensibilizar os prestadores de cuidados a terem atenção às suas posturas e da dos idosos evitando quedas dos mesmos, reduzindo por sua vez os fatores de risco das quedas. No ano 2014, a fisioterapia teve um balanço muito positivo onde foi alcançado todos os objetivos pretendidos.

## **PLANIFICAÇÃO DE ATIVIDADES EM FISIOTERAPIA**

O programa da fisioterapia para 2015, terá como objetivo principal permitir o máximo de independência possível de cada idoso nas suas AVD's, estimulando-os a nível motor e cognitivo. Estas duas vertentes são importantes para uma recuperação das dificuldades que o envelhecimento acarreta.

No envelhecimento deparamo-nos com diversas alterações, nomeadamente a nível funcional e cognitivo.

Nas alterações funcionais, temos a postura, o equilíbrio e a marcha que são fatores responsáveis pela manutenção do corpo na posição ereta, pela estabilidade durante o desempenho motor das atividades diárias e pela deslocação do mesmo em diversos contextos físicos e ambientais. E ainda vai alterar a função cognitiva que está diretamente relacionada com a eficiência da multiplicidade dos desempenhos motores integrando as competências motoras ao nível das capacidades funcionais.

No envelhecimento normal surgem alterações na memória, na inteligência e na aprendizagem.

O programa de reabilitação permite evitar ao máximo o sedentarismo, sendo um dos fatores negativos da falta de mobilidade e autonomia. Vai afetar todo o organismo tanto a nível locomotor como também a nível cardiorrespiratório. Relativamente ao aparelho locomotor causa mudanças degenerativas, perda de massa muscular e perda da força muscular



(atrofia) e uma maior tendência para a osteoporose. As pessoas inativas também estão mais predispostas em sofrer dores a nível da coluna vertebral.

A nível cardiorrespiratório, a inatividade diminui a frequência cardíaca e o volume do sangue que é enviado aos músculos e por sua vez diminui a capacidade de esforço e da resistência.

Para além da parte da reabilitação física é necessário existir uma abordagem a nível da prevenção. O fisioterapeuta deve reforçar aos cuidadores que existem fatores de risco que levam a quedas e esses fatores devem ser reduzidos/abolidos levando a uma diminuição de quedas e dos problemas graves que podem ocorrer pós-queda.

## **POPULAÇÃO ALVO**

A população alvo são pessoas idosas institucionalizadas no Lar Santa Beatriz e no Centro de Betânia, propriedade da Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior, cerca de 95 utentes.

## **RECURSOS HUMANOS**

Na fisioterapia, conta com a presença de uma fisioterapeuta (Técnica de Diagnóstico e Terapêutica).

## **RECURSOS MATÉRIAS**

A fisioterapia funcionará na instituição em duas valências distintas:

- Lar Santa Beatriz;
- Centro de Dia Betânia.

## **DESCRIÇÃO DOS OBJETIVOS**

- Aumentar o tempo médio de vida do idoso, sem limitações nas suas AVD's.
- Ensinar/aconselhar os prestadores de cuidados que se encontram na instituição como assumirem posturas corretas em algumas atividades que desempenham na instituição, como pegar em pesos, como devem segurar o idoso, como devem levantar/deitar um idoso com perda de mobilidade, entre outras.
- Sensibilizar prestadores de cuidados sobre a importância de uma correta postura tanto do prestador de cuidados como do idoso, quando os prestadores de cuidados realizam uma transferência cadeirão/cadeira de rodas e vice-versa, como também da cama/cadeira de rodas e vice-versa. Este processo evitará graves problemas de saúde ao prestador e evita por sua vez quedas igualmente graves dos idosos.

- Evitar a utilização de cadeiras de rodas a idosos que têm potencialidade de manter a sua locomoção.

- Reforçar a importância da redução dos fatores de risco de quedas dos idosos.
- Estimular idoso a nível motor e cognitivo.
- Incentivar o máximo número de idosos em participar na Fisioterapia.

## **ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO E METODOLOGIAS UTILIZADAS**

- Avaliação rigorosa do idoso, com escalas de avaliação reconhecidas em Portugal e com outros métodos avaliativos igualmente importantes;

- Execução de um plano de cuidados de reabilitação e redução de danos de acordo com o problema que cada idoso apresenta e necessita;

- Execução de um registo diário de tratamentos para cada idoso de forma a registar a utilização dos equipamentos de fisioterapia existentes e dos tratamentos igualmente efetuados;

- Elaboração de relatórios mensais sobre as quedas ocorridas no Lar Santa Beatriz, de forma a sensibilizar cada cuidador da importância da prevenção e de uma maior supervisão aos idosos. Na existência de fatores de risco de quedas todos os cuidadores devem corrigir/abolir esses fatores, evitando um maior número de quedas.

- Elaboração de um registo diário e posteriormente uma avaliação mensal, sobre a utilização das cadeiras de rodas e o cuidado que cada cuidador tem perante as mesmas. E realizar possíveis estratégias que permitam que os cuidadores tenham mais cuidado com este auxílio de marcha.

## **DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES A DESENVOLVER**

Pretendo:

- Reabilitar cada idoso individualmente e/ou em grupo, conforme o seu grau de demência e das suas limitações funcionais.
- Estabelecer planos de atividade física regular.
- Avaliar quantitativamente e qualitativamente o grau de sucesso das atividades físicas realizadas.
- Estimular a parte motora e cognitiva de cada idoso de forma criativa e diversificada.
- Realizar ações de in (formação) em grupo ou individuais, aos prestadores de cuidados, tendo como objetivo eliminar lacunas existentes ou falta de informação a nível das transferências dos idosos e dos riscos de quedas.

Na execução da reabilitação de cada idoso vai fazer parte exercícios através da utilização de equipamentos específicos destinados a desenvolver mais mobilidade, mais flexibilidade, um aumento da força muscular, da resistência à fadiga, assumir um equilíbrio estático e dinâmico o mais correto possível, entre outros. Também será utilizado meios físicos como o Infravermelho que irá conjuntamente com massagem terapêutica diminuir ou abolir as queixas álgicas (dores) que o idoso refira.

Outra terapia também aplicada será a cinesioterapia, sendo uma terapia onde são usados os conhecimentos de anatomia, fisiologia e biomecânica para proporcionar ao paciente uma melhor recuperação, usando técnicas manuais ativas e/ou passivas para facilitar ou resistir ao movimento específico desejado.

Iniciou em 2014 uma parceria com a Câmara Municipal de Campo Maior e a Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior, com o objetivo de realizar quinzenalmente atividades/exercícios para os idosos do Lar Santa Beatriz. Esta iniciativa decorre duas vezes por mês sendo um trabalho com uma equipa que envolva profissionais das duas instituições (Professor de Educação Física, Fisioterapeuta e Animadora sociocultural). Estas atividades baseiam-se em exercícios adaptados à 3ª idade e terá continuação para o ano 2015, sendo cada sessão marcada pela diferença mas sempre com o mesmo objetivo, permitir que o idoso não perca a sua autonomia e que cada idoso evite ao máximo o sedentarismo.

Para permitir uma boa integração na instituição e conseguir um maior grau de independência nas AVD's, é imprescindível que a fisioterapia faça parte de todo o grupo multidisciplinar existente na instituição (Diretora Técnica, Animadora sociocultural, Psicólogos, Enfermeiros, Ajudantes de lar, Encarregada e Auxiliares). Este grupo de profissionais devem de olhar para cada idoso como um ser biopsicossocial, isto é, cuidar do idoso olhando-o como um todo, a nível físico, psicológico e social, possibilitando ao idoso institucionalizado, uma melhor qualidade de vida.

## HORÁRIO DE INTERVENÇÃO DA FISIOTERAPIA PARA O ANO 2015

	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>8h30-11h</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio na alimentação/Auxílio aos idosos que necessitam</li> <li>- Organização das atividades</li> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Lar de Santa Beatriz)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio na alimentação/Auxílio aos idosos que necessitam</li> <li>-Organização das atividades</li> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Lar de Santa Beatriz)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio na alimentação/Auxílio aos idosos que necessitam</li> <li>-Organização das atividades</li> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Lar de Santa Beatriz)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio na alimentação/Auxílio aos idosos que necessitam</li> <li>-Organização das atividades</li> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Lar de Santa Beatriz)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio na alimentação/Auxílio aos idosos que necessitam</li> <li>-Organização das atividades</li> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Lar de Santa Beatriz)</b>
<b>11h-13h</b>	<p>Quinzenalmente serão realizadas atividades/exercícios adaptadas (os) à 3ª idade (Educação física, Fisioterapia e Animação).</p> <p>- Quando não houver atividades com a colaboração do Professor Raul, serão realizadas atividades físicas e cognitivas (Fisioterapia e Animação)</p>	Reabilitação individual	Reabilitação individual	Reabilitação individual	Reabilitação individual
<b>13h-14h</b>	<b>Almoço</b>				
<b>14h-16h30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Centro de Dia Betânia)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reabilitação individual</li> <li>- Registos</li> <li>-Realização de atividades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Centro de Dia Betânia)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reabilitação individual</li> <li>- Registos</li> <li>-Realização de atividades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avaliação/reavaliação/plano de tratamentos</li> <li>- Reabilitação individual</li> </ul> <b>(Centro de Dia Betânia)</b>

## **ENFERMAGEM**

O presente Plano de Atividades tem por base uma breve caracterização da equipa de Enfermagem na Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior e posteriormente uma discriminação das atividades a serem desenvolvidas pelos membros do gabinete de Enfermagem durante o seu respetivo horário laboral.

Será ainda explicitada a forma como será dada continuidade a atividades específicas que tiveram início no passado ano 2014, onde cada enfermeiro ficou responsável por uma determinada área a intervir. Estas áreas de intervenção foram nomeadamente Prevenção de úlceras de Pressão, Avaliação e Controlo da Dor; Alimentação do Diabético e do utente dependente.

Serão enunciadas as funções inerentes a cada membro da equipa, bem como uma caracterização diária dos seus serviços.

### **População Alvo:**

Utentes Institucionalizados no Lar Santa Beatriz e Centro de Dia Betânia, em Campo Maior.

### **Recursos Humanos:**

3 Enfermeiros, Auxiliares de Ação Médica, e Ajudantes de Lar.

### **Recursos Materiais:**

O material necessário à realização de cuidados de enfermagem é providenciado quase na totalidade pela Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior, sendo que os familiares apenas participam os medicamentos dos utentes. No entanto, os utentes admitidos recentemente na Instituição podem ter de suportar despesas de material de Enfermagem, consoante o tipo de material necessitado.

Pontualmente poderá existir material que é disponibilizado pelo Centro de Saúde local.

### **Local:**

Santa Casa da Misericórdia – Lar Santa Beatriz / Centro de Dia Betânia – Os cuidados são prestados no quarto do idoso e no gabinete de Enfermagem, quando estes são programados, ou então podem ser prestados noutra local quando há uma mudança súbita do seu estado de saúde.

## **ATIVIDADES GENÉRICAS A DESENVOLVER DURANTE O ANO DE 2015**

- Avaliação de glicémia capilar;
- Administração de insulina conforme Esquema Terapêutico;
- Monitorização de Sinais Vitais (tensão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória, temperatura e dor);
- Medidas de avaliação e controlo de dor;
- Utilização de Escala da dor;
- Preparação e Administração de Terapêutica;
- Administração de vacina da gripe;
- Realização de pensos;
- Realização de oxigénio terapia;
- Realização de Aerossol terapia;
- Colocação de sonda rectal, vesical e Naso gástrica;
- Otimização de sonda rectal, vesical e Naso gástrica;
- Realização de proteções músculo-esqueléticas;
- Realização de posicionamentos e mobilizações;
- Gestão das dietas dos idosos;
- Avaliação da eficiência da dieta delineada.
- Ensinos sobre mobilizações, posicionamentos e cuidados básicos aos idosos.
- Prevenção de úlceras de Pressão.
- Avaliação mensal dos ferimentos / úlceras de pressão

## **ATIVIDADES ESPECIFICAS A DESENVOLVER**

Em 2014 foram inseridas algumas modificações nas atividades diárias de cada enfermeiro, sendo que cada enfermeiro ficou responsável por uma determinada área. Desta forma o enfermeiro ficou responsável pela área de prevenção de úlceras de pressão, onde fará mensalmente uma avaliação da incidência de feridas e úlceras nos idosos institucionalizados; uma das enfermeiras será responsável pela avaliação e controlo da dor nos idosos, realizando avaliação da dor através de escala da dor e administrando analgésico adequado a cada idoso; e outra das enfermeiras será responsável pela área da alimentação do diabético e dos utentes dependentes, onde realizará uma avaliação regular da sua realização.

Para além destas alterações anteriormente referidas as atividades planeadas para o próximo ano civil de 2015 são uma constante ao longo dos meses, uma vez que não existem atividades específicas de cada mês, com exceção da época de vacinação contra a gripe, que incide entre os meses de outubro a dezembro.

Nos meses com temperaturas mais baixas é frequente um aumento do volume de trabalho devido ao facto de os idosos apresentarem sintomas de gripe e constipação, havendo maior necessidade de avaliação do estado de saúde mais frequentemente, e prestar os cuidados de saúde necessários e adequados à situação.

Nos meses com temperaturas mais elevadas há tendência a surgir desidratação, como tal há um maior cuidado por parte da equipa em supervisionar a hidratação dos idosos, bem como vigiar o aparecimento de sintomas característicos de desidratação.

Assim sendo, abaixo se apresentará uma tabela referente às atividades desenvolvidas ao longo do ano. Podem ainda surgir a necessidade de desempenhar outras atividades consoante as necessidades dos idosos e o seu estado de e saúde.

<b>Enfermeiro turno Manhã</b>	<b>Enfermeiro Turno Tarde</b>	<b>Auxiliar A</b>	<b>Auxiliar B</b>
Prestação de Cuidados de Enfermagem	Prestação de Cuidados de Enfermagem	Realizar pedidos de medicação aos médicos de família	Na ausência da Vitória, exerce as suas funções.
Preparação de Terapêutica diária e semanal.	Administração de Terapêutica pe-rós, intramuscular, intradérmica, subcutânea, intravenosa e outras vias.	Conferir pedidos de medicação	Apoio às colegas exteriores ao gabinete sempre que necessário, exercendo as diversas funções de auxiliar de serviços gerais,
Administração de Terapêutica pe-rós, intramuscular, intradérmica, subcutânea, intravenosa e outras vias.	Avaliação de Glicémias Capilares	Registo de pedido de medicação nas folhas de cada utente	Apoio na alimentação dos utentes dependentes.
Avaliação de Glicémias Capilares	Administração de Insulinas	Entrega dos pedidos de medicação no centro de saúde	Acompanhamento dos idosos a exames e serviço de urgência e consultas médicas.
Administração de Insulinas	Realização de aerossóis	Realizar seleção das receitas médicas a entregar nas farmácias	Avaliação de glicémias, administração de

		e centro de saúde	insulinas prescritas e administração de terapêutica quando necessário, ou na ausência das enfermeiras.
Pedido de Material de Enfermagem necessário.	Encaminhamento de idosos ao centro de saúde quando necessário.	Entregar receitas aos motoristas para levantar nas farmácias	Avaliação de tensões arteriais semanais quando necessário.
Pedido de medicação necessária dos idosos para posterior requisição pela Vitória.	Encaminhamento dos idosos para as urgências hospitalares quando necessário.	Informar familiares da existências de receitas para levantar na farmácia	Reposição de cestos de material por piso.
Realização de aerossóis.	Contacto de 112, quando necessário.	Receção da medicação dos utentes e registo das mesmas nas folhas de cada utente	Apoio aos enfermeiros na realização de pensos quando necessário.
Encaminhamento de idosos ao centro de saúde quando necessário.	Realização de manobras de reanimação cardiorrespiratória se necessário.	Repor medicação em falta na caixa do utente.	
Avaliação de sinais vitais aos idosos.	Realização de suporte básico de vida se necessário.	Realizar mapa de presenças e mapa de refeições	
Encaminhamento dos idosos para as urgências hospitalares quando necessário.	Gestão do serviço de enfermagem	Marcar consultas e exames complementares de diagnósticos dos utentes	
Contacto de 112, quando necessário.	Supervisão das técnicas de higiene pessoal dos idosos, realizadas pelas auxiliares e ajudantes de lar.	Marcar transportes para deslocação dos idosos às consultas.	
Realização de manobras de reanimação cardiorrespiratória se necessário.	Administração de alimentação e medicação por sonda Naso-gástrica.	Contactar os familiares a fim de informar sobre consultas dos idosos.	
Realização de suporte básico de vida se necessário.	Reposição de terapêutica da noite em copos individuais.	Contactar familiares para decisão e autorização de transporte para ir a consultas médicas.	



Gestão do serviço de enfermagem.	Avaliação e registo de de tensões arteriais semanais.	Realizar folhas mensal das fraldas relativas aos 3 turnos.	
Supervisão das técnicas de higiene pessoal dos idosos, realizadas pelas auxiliares e ajudantes de lar.	Ajuda na reposição de terapêutica diária e semanal dos idosos quando necessário.	Realizar contagem mensal das fraldas utilizadas pelos idosos.	
Supervisão das técnicas de administração de alimentação, aos idosos.	Controlo de Acamados, recolha e distribuição de folhas de controle pelos diversos pisos. Arquivar os mesmos.	Realizar folha mensal da diabetes, tensão arterial e guias de tratamento.	
Administração e ou supervisão de alimentação e medicação por sonda Naso-gástrica.		Arquivar no dossier as marcações de consultas e exames	
		Contactar médicos de família para tratar de questões relacionadas com os utentes.	
		Pedir requisição de material necessário ao gabinete de enfermagem.	
		Quando as enfermeiras estão de folga realizar: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Avaliação das glicémias;</li> <li>- Administrar terapêutica</li> <li>- Repor medicação</li> <li>- Administrar insulinas prescritas.</li> </ul>	
		Contactar familiares para autorizarem os idosos a irem ao podólogo.	
		Arquivar processos dos utentes falecidos.	

		Arquivar anualmente todos os dados referentes aos idosos.	
		Pedir cópia nos serviços de todos os documentos inerentes aos serviços médicos.	
		Limpeza do gabinete e carro de medicação em semanas alternadas.	
		Despejo do lixo do gabinete e lixo contaminado.	
		Reposição de cestos de material por piso.	

*Jardim de Infância*  
*“O Despertar”*  
*e*  
*Creche*  
*“Cantinho dos*  
*Sonhos”*

## **APRESENTAÇÃO**

O contexto institucional da Educação Pré-Escolar deve organizar-se de modo a facilitar o desenvolvimento e a aprendizagem das crianças, sendo assim necessário planejar todo o processo educativo tendo em conta a gestão dos recursos humanos e materiais de forma a melhorar as funções educativas da instituição.

O plano anual de atividades, é assim um utensílio necessário aos profissionais de educação, uma vez que é elaborado com uma intenção pedagógico/educativa, irá facilitar o trabalho a desenvolver ao longo do ano com as crianças. Por outro lado, irá permitir que cada Educador adapte os temas planeados às necessidades de desenvolvimento do seu grupo de crianças.

O plano anual de atividades do Jardim de Infância subordina ao Projeto Educativo tri-Anual “à Descoberta do Mundo...” visa diretamente a ação educativa, para a qual traça orientações precisas e modalidades de implementação em consonância com o Projeto Educativo. O presente plano, prevê estratégias, meios e recursos materiais/humanos, atividades, objetivos a atingir ao longo deste ano, temas, e datas festivas a comemorar.

Pretendemos que o plano anual de atividades mais que um utensílio de valor para o nosso desempenho enquanto profissionais de educação, seja uma mais valia para o desenvolvimento global e harmonioso das crianças, tornando cada situação em verdadeiros momentos de vida e satisfação.

## **OBJETIVOS**

- Conseguir a articulação dos conteúdos e a sua adequação às características do contexto de inserção e ao estágio de desenvolvimento das crianças;
- Estimular o aproveitamento didático dos recursos educativos do meio;
- Promover a coordenação de conteúdos numa perspetiva de aprendizagem globalizante;
- Prover as medidas organizativas e as iniciativas necessárias à implementação do Projeto Educativo.

## **ESTRATÉGIAS**

Estratégias são experiências que permitem por em prática comportamentos diversificados.

- Levar as crianças a adquirir desde cedo o costume de participar ativamente na realização de algo;
- Motivar as crianças a participarem espontaneamente na hora do acolhimento;

- Permitir que cada criança escolha o trabalho que quer realizar e deixá-la fazê-lo à sua maneira;
- Estruturar o ambiente educativo de forma a que a criança possa explorar o espaço/materiais e realizar experiências diversas;
- Quando necessário, suspender interpretações habituais a fim de ficar aberta a novas experiências;
- Proporcionar momentos de interação com pares, em pequeno grupo e em grande grupo;

## **RECURSOS**

### **RECURSOS HUMANOS**

- O Educador (uma fonte de estimulação do desenvolvimento)
- As crianças (o grupo como estimulador do desenvolvimento)
- Pessoal do Jardim de Infância
- Pais/famílias
- Comunidade
- Associações
- Outras Instituições
- Outros profissionais
- Etc.

## ATIVIDADES GERAIS

Mês	Temas	Objetivos	Atividades	Recursos	Data
Outubro	- O Outono	Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária	- Atividades planeadas pelas educadoras	- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação	
	- A Alimentação		- Atividades planeadas pelas educadoras		
	- À descoberta da azeitona		-Apanhar azeitona à moda antiga (panal, vara, caixa) - Retalhar e temperar azeitona - Visitar um lagar e ver o processo de transformação - Outras atividades planeadas pela educadora	- Físicos: Jardim de Infância, Adega Mayor  - Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras	Dia 4
	- Nós e a Comunidade		- Dia do animal (o meu animal preferido é...)  - Dia dos Castelos (visitar o castelo)  -Lanche convívio com os idosos do Centro de dia - Dia das Bruxas (doce ou travessuras e baile de Halloween)		Dia 7
	- Horta do Tio Manel		- Cuidados diários: regar e arrancar as ervas daninhas  - Escrever a notícia para colocar no facebook		Dia 31 pelas 10.30 (doce ou travessura) e tarde pelas 15.30 (baile)
- “Espreito as novidades”					

<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
Novembro	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À descoberta da fauna</li> <li>- À descoberta das sementes (pré-escolar)</li> <li>- Nós e a comunidade</li> <li>- Horta do Tio Manel</li> <li>- “Espreito as novidades”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabalhar um animal da região (características, cor, costumes e hábitos)</li> <li>- Visita do GEDA ao Jardim de Infância</li> <li>- Explicar o processo de crescimento da semente (constituição da planta)</li> <li>- Fazer expositor das sementes</li> <li>- Festejar o Dia do Pijama</li> <li>- Confeccionar compotas</li> <li>- Dia de São Martinho (assar castanhas e fazer casamentos)</li> <li>- Teatro Maria Castanha (apresentado pelas educadoras), convidar os idosos do Centro de Dia</li> <li>- Cuidados diários: regar e arrancar as ervas daninhas</li> <li>- Semear nabiças, espinafres, couve e hortelã e outras ervas aromáticas</li> <li>- Escrever a notícia para colocar no facebook</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</li> <li>- Físicos: Jardim de Infância</li> <li>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esperar que nos avisem</li> <li>Data a marcar</li> <li>Dia 11</li> </ul>

<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
Dezembro	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Natal</li> <li>- Nós e a comunidade</li> <li>- Horta do Tio Manel</li> <li>- “Espreito as novidades”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atividades planeadas pelas educadoras</li> <li>- Feira Solidária</li> <li>- Festa de Natal</li> <li>- Exposição dos anjos feitos pelas famílias</li> <li>- Cuidados diários: regar e arrancar as ervas daninhas</li> <li>- Semear</li> <li>- Escrever a notícia para colocar no facebook</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</li> <li>- Físicos: Jardim de Infância</li> <li>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 de Dezembro</li> <li>- 19 de Dezembro</li> <li>- Entregar até dia 9 de Dezembro</li> </ul>
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
Janeiro	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inverno</li> <li>- À descoberta da fauna</li> <li>- À descoberta do leite e seus derivados (pré-escolar)</li> <li>- Horta do Tio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atividades planeadas pelas educadoras</li> <li>- Festejar o Dia de Reis</li> <li>- Animais da região que hibernam</li> <li>- Ida à queijaria de D. Carlos</li> <li>- Jogos dos sabores</li> <li>- Confeccionar iogurte</li> <li>- Confeccionar tarte de requeijão</li> <li>- Outras atividades planeadas pela educadora</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</li> <li>- Físicos: Jardim de Infância</li> <li>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 de Janeiro</li> <li>- Data a confirmar</li> </ul>



	Manel  -“Espreito as novidades		- Cuidados diários: regar e arrancar as ervas daninhas - Semear  -Escrever a notícia para colocar no facebook		
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
Fevereiro	- O Carnaval  - Os sentimentos  -Nós e a comunidade  - Horta do Tio Manel  -“Espreito as novidades”	- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária	- Atividades planeadas pelas educadoras  - Semana da Patarrona  - Atividades planeadas pelas educadoras  - Desfile de Carnaval  - Festejar o Dia de S. Valentim (Jantar do Amor)  - Cuidados diários: regar e arrancar as ervas daninhas - Semear  -Escrever a notícia para colocar no facebook	- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação  - Físicos: Jardim de Infância  - Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras	-13 de Fevereiro  - 14 de Fevereiro (inscrições até dia 2 de Fevereiro)
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
	- A Primavera		- Festejar o dia do pai (lanche convívio e atividade surpresa)  - Atividades planeadas pelas educadoras  - Dia da árvore	- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação	- Dia 19  - Dia 21

Março	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A Páscoa</li> <li>- Nós e a comunidade</li> <li>-Horta do Tio Manel</li> <li>-“Espreito as novidades”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(teatro de sombras chinesas)</li> <li>- Atividades planeadas pelas educadoras</li> <li>- Prenda da Páscoa</li> <li>- Fazer o relvinhas e oferecer à comunidade</li> <li>- Cuidados: regar e arrancar as ervas daninhas</li> <li>-Semear</li> <li>-Escrever a notícia para colocar no facebook</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Físicos: Jardim de Infância</li> <li>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</li> </ul>	
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
Abril	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À descoberta do Café (Pré-escolar)</li> <li>-Horta do Tio Manel</li> <li>-“Espreito as novidades”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Visita de estudo ao Fluviário de Mora</li> <li>- Iniciar a surpresa para o dia da Mãe</li> <li>- Visita ao museu do café e centro de ciência do café</li> <li>- Outras atividades planeadas pelas educadoras</li> <li>- Cuidados: regar e arrancar as ervas daninhas</li> <li>-Semear</li> <li>-Escrever a notícia para colocar no facebook</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</li> <li>- Físicos: Jardim de Infância</li> <li>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Data a marcar</li> <li>- Data a marcar</li> </ul>
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
	-À descoberta das		- Visita ao Monte		

Maio	<p>ervas aromáticas (Pré-escolar)</p> <p>- Aprendo a ser melhor</p> <p>-A família</p> <p>-Nós e a comunidade</p> <p>-Horta do Tio Manel</p> <p>-“Espreito as novidades”</p>	<p>- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária</p>	<p>da Pina ou a fábrica das ervas aromáticas</p> <p>- Outras atividades planeadas pelas educadoras</p> <p>-Atividades planeadas pela educadora que incentivem a valores como a partilha, a amizade, o perdoar</p> <p>- Caminhada da família</p> <p>-Serenatas a Nossa Senhora</p> <p>- Dia Mundial dos Museus (Visita ao Museu Aberto)</p> <p>- Cuidados: regar e arrancar as ervas daninhas</p> <p>-Semear</p> <p>-Escrever a notícia para colocar no facebook</p>	<p>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</p> <p>- Físicos: Jardim de Infância</p> <p>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</p>	<p>- Dia 16 pelas 9.30 no Jardim de Infância “O Despertar”</p> <p>- Dia 30, pelas 21.30, na Igreja da Matriz (confirmar devido a procissão)</p> <p>- Data a confirmar</p>
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
	- Os Direitos da Criança		- Trabalho relacionado com os direitos das		- exposição dia 1, na

Junho	<p>- Verão</p> <p>- À descoberta do Mel (Pré-escolar)</p> <p>- Nós e a comunidade</p> <p>- Horta do Tio Manel</p> <p>- “Espreito as novidades”</p>	<p>- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária</p>	<p>crianças (pintar/decorar telas grandes, um direito por sala), mundo com os meninos distribuído por outras escolas- exposição na avenida</p> <p>- Atividades planeadas pelas educadoras</p> <p>- Atividades planeadas pelas educadoras</p> <p>- Teatro de fantoche</p> <p>- Festa de Final de Ano letivo</p> <p>- Arraial</p> <p>- Cuidados: regar e arrancar as ervas daninhas</p> <p>- Semear</p> <p>- Escrever a notícia para colocar no facebook</p>	<p>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</p> <p>- Físicos: Jardim de Infância</p> <p>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</p>	<p>avenida, hora a combinar com o município</p> <p>- 19 pelas 19.30</p> <p>- A seguir à festa</p>
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
Julho	<p>- À descoberta dos legumes/hortaliças (pré-escolar)</p> <p>- Relembrar temas</p>	<p>- Os objetivos são definidos de</p>	<p>- Atividades planeadas pelas educadoras</p> <p>- Concluir atividades que não foi possível realizar ao longo do ano letivo</p>	<p>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</p> <p>- Físicos:</p>	

	<p>-Horta do Tio Manel</p> <p>-“Espreito as novidades”</p>	acordo com o grupo e a faixa etária	<p>-Dia dos Avós (lanche convívio e atividades – pintura e baile)</p> <p>- Cuidados: regar e arrancar as ervas daninhas</p> <p>- Escrever a notícia para colocar no facebook</p>	<p>Jardim de Infância</p> <p>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</p>	- Da 26 pelas 15.30
<b>Mês</b>	<b>Temas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Data</b>
Agosto	<p>- Ateliers de Verão:</p> <p>-Água</p> <p>-Terra</p> <p>-Ar</p> <p>-Fogo</p>	- Os objetivos são definidos de acordo com o grupo e a faixa etária	<p>- Brincar com água</p> <p>-Brincar na areia</p> <p>-Trapalhadas</p> <p>-Balões</p> <p>- Fazer bolachas, bolos entre outros</p>	<p>- Humanos: educadoras, crianças e auxiliares de educação</p> <p>- Físicos: Jardim de Infância</p> <p>- Materiais: materiais escolhidos pelas educadoras</p>	

## OUTROS PROJETOS A DESENVOLVER AO LONGO DO ANO

### Projeto “Nós e a Comunidade”

<b>Duração:</b> O projeto tem início no mês de Outubro e vai realizar-se durante o ano letivo	
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>
-Dar a conhecer o trabalho desenvolvido no jardim de infância	Ao longo deste projeto pretende-se desenvolver atividades relacionadas com os temas planificados e apresentá-las à comunidade (desenhos, feira solidária, noite de serenatas, etc)

### Projeto “Horta do Tio Manel”

<b>Duração:</b> O projeto tem início no mês de Setembro e vai realizar-se mensalmente	
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>
-Despertar o gosto pela natureza; -Observar e registar o desenvolvimento das várias plantas; -Compreender o ciclo dos alimentos, da plantação à confeção.	Pretendemos que ao longo deste projeto, as crianças semeiem, plantem e cuidem da nossa horta.

### Projeto Jornal: “Espreito as novidades ”

<b>Duração:</b> O projeto irá ser desenvolvido ao longo do ano letivo e o seu registo será feito sempre que pertinente	
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>
-Dar a conhecer aos pais e comunidade em geral, as atividades realizadas no jardim de infância; -Incentivar à comunicação e às novas tecnologias.	Pretendemos que sempre que se considere pertinente seja elaborado um registo das atividades desenvolvidas na sala, onde as crianças participam ativamente discutindo os temas em questão. A partir do qual será editado na página do facebook.

*Setor  
de  
Formação*

## NOTAS INTRODUTÓRIAS

A Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior é uma instituição desde há longa data preocupada em promover e melhorar as habilitações escolares e profissionais da população deste concelho.

Numa sociedade que se quer cada vez mais informada e atenta aos desafios que surgem permanentemente, é essencial dar resposta aos problemas de qualificação e formação. Neste concelho existe uma elevada percentagem de abandono escolar (nas faixas etárias mais elevadas mas também em idades inferiores) e a maior parte da população residente completou apenas o 1.º ciclo do Ensino Básico e apenas uma pequena parte completou o Ensino Secundário pelo que a intervenção do Sector de Formação é fundamental para dar resposta às necessidades formativas da população de Campo Maior.

Desta forma, a educação e formação ao longo da vida, permite que os indivíduos desenvolvam as suas capacidades, enriqueçam os seus conhecimentos e melhorem as suas qualificações técnicas ou profissionais, com vista à satisfação das necessidades individuais e da sociedade.

A Santa Casa da Misericórdia privilegia na sua ação diária junto da comunidade estes aspetos e considera da maior importância este desafio, tentando chegar ao maior número de pessoas.

Esta Instituição desenvolve uma variedade de ações formativas, as quais são planificadas e pensadas em função das necessidades identificadas e a elaboração de um plano de formação/plano estratégico de intervenção anual é essencial para orientar a ação e delimitar as atividades a ser desenvolvidas no decorrer do ano.

Simultaneamente, este plano constitui um importante momento de reflexão sobre os constrangimentos sentidos no ano transato e sobre possíveis ou eventuais dificuldades do presente ano, bem como as estratégias a adotar de forma a minimizar essas mesmas limitações.

De salientar que a equipa do Setor de Formação viu recentemente aprovada a sua candidatura à DGERT, que nos reconheceu a certificação como Entidade Formadora nas seguintes áreas de educação e formação:

146 - Formação de Professores e Formadores de áreas Tecnológicas

344 - Contabilidade e Fiscalidade

481 – Ciências Informáticas



762 – Trabalho Social e Orientação

811 – Hotelaria e Restauração

## **OBJECTIVOS**

- Elaborar o Plano de Formação anual em função das necessidades detetadas;
- Realizar um acompanhamento e avaliação contínuos das ações em curso;
- Efetuar o Balanço de atividades tendo em conta o Plano de Intervenção do ano transato;
- Proporcionar aos formandos o apoio técnico necessário desde o início até ao final das ações;
- Desenvolver diferentes tipos de ações de modo a dar resposta a grande parte das necessidades formativas da população;
- Formar e integrar, na vida de ativa, os formandos, através de um processo de formação e motivar para a formação e para a inserção socioprofissional;
- Dotar os formandos com as competências necessárias ao desenvolvimento de uma dada atividade profissional, de modo a poderem exercê-la em determinados contextos;
- Apoiar a elaboração de projetos de vida e profissionais realistas e consonantes com as motivações, capacidades e aptidões dos participantes;
- Qualificar novos profissionais através da conceção e realização de projetos de formação de qualidade que dignifiquem e promovam diversas profissões, tornando-as atrativas para os jovens que procuram uma carreira profissional;
- Promover formação contínua para ativos, numa lógica de formação ao longo da vida, em diferentes áreas de formação;
- Aumentar os níveis de escolaridade/habilitações escolares da população do concelho;
- Promover a participação ativa e criativa em processos cívicos, culturais e artísticos reforçando a inserção e coesão social e conseqüentemente melhorando a empregabilidade;
- Aumentar a autoestima dos adultos envolvidos nos processos formativos;
- Proporcionar à população um espaço privilegiado de estudo (informação, aconselhamento e orientação), suscetível de contribuir para o sucesso educativo e formativo dos jovens e adultos do concelho;
- Proceder a avaliações semestrais, com revisões de instrumentos e metodologias, de onde se deverão retirar resultados quantificáveis e mensuráveis, com conseqüentes análises e conclusões;
- Elaborar relatórios das avaliações realizadas, os quais deverão sugerir sugestões de melhorias e deverão estar disponíveis no Sector de Formação;

- Formalizar, mediante a realização de protocolos de parceria, as articulações desenvolvidas entre o sector e diversas Entidades/Instituições/Empresas da região.

## **IDENTIFICAÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DO SECTOR DE FORMAÇÃO**

O Sector de Formação da Instituição possui uma equipa de profissionais de áreas diversificadas, os quais exercem várias funções, nomeadamente:

- 1 Gestora de Formação
- 1 Coordenadora Pedagógica – Ações Financiadas
- 1 Coordenadora Pedagógica – Ações Não Financiadas
- 1 Administrativa
- Bolsa de Formadores – Formadores internos e externos

### **METAS PARA 2015 (Continuação do trabalho desenvolvido)**

<b>Projetos/Ações</b>	<b>Modalidade</b>	<b>Público-alvo</b>
<b>Formação Pedagógica Inicial de Formadores</b>	<b>Não Financiada</b>	<b>Futuros Formadores</b>
<b>Formação Modular Específica para IPSS e Empresas</b>	<b>Não financiada</b>	<b>Funcionários da Santa Casa de Campo Maior e outras Empresas/IPSS</b>

## **FORMAÇÃO PEDAGÓGICA INICIAL DE FORMADORES**

Verifica-se no concelho e também na região uma escassa oferta formativa de formação inicial de formadores, apesar da crescente procura da mesma por parte da população. Assim, consideramos importante desenvolver um curso neste âmbito de forma a dar a oportunidade a um grupo de pessoas de frequentar o mesmo e adquirir as competências necessárias para desenvolver formação. Sendo os bacharéis e os licenciados afetados pelo fenómeno do desemprego nesta região, a formação profissional poderá ser uma alternativa válida às suas profissões. Garantir a qualidade da Formação de Formadores é garantir a qualidade da Formação Profissional.

Área de Formação	Formação	Horas	Ações	N.º de Formandos
Formação de Formadores	Formação Pedagógica inicial de Formadores	90 h	1	12

### **FORMAÇÃO MODULAR ESPECÍFICA PARA IPSS E EMPRESAS**

Ao longo de 2015 é meta do setor apostar de forma mais acentuada nas ações de formação não financiadas em Empresas parceiras no concelho, assim como em formação direcionada para as IPSS locais, através de pequenas ações de formação (25 ou 50 horas) não financiada.

### **MODELO DE FUNCIONAMENTO E RESPECTIVO HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO**

O Sector de Formação da Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior tem as suas instalações na Quinta de S. Pedro, onde se localiza a Provedoria da Instituição e tem como modalidades de funcionamento os horários laboral e pós-laboral, de acordo com a tipologia de ação.

O funcionamento do Sector tem início às 8.30h, horário de abertura da Instituição e prolonga-se de acordo com os horários definidos para os cursos em desenvolvimento, os quais podem prolongar-se até às 23.00h.

O horário de atendimento ao público é, no período da manhã, entre as 8.30h e as 12.30h e no período da tarde, entre as 14.00h e as 17.00h.

### **CONSTRANGIMENTOS/LIMITAÇÕES**

O sector de formação da Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior, ao longo da sua existência tem vindo a melhorar e expandir a sua atuação junto da comunidade envolvente. É neste sentido que nos sentimos comprometidos a continuar a obra até ao momento elaborada, pretendendo sempre que possível criar novas condições de formação profissional/educacional.

Consideramos essencial dar continuidade à intervenção desenvolvida nos anos anteriores pelo sector, uma vez que no concelho, existem poucas entidades acreditadas para a formação e a Santa Casa da Misericórdia é a única cuja intervenção vai de encontro às necessidades da população mais carenciada e com dificuldades de inserção socioprofissional.

Podemos afirmar que a principal limitação é a falta de candidaturas financeiras a ações de formação financiadas, o que limita a oferta existente por parte do setor.

No entanto e em parceria direta com o IEFP de Portalegre, o setor tem conseguido encaminhar e desenvolver ações de formação para público mais carenciado.

No entanto, estamos plenamente conscientes de que é necessário fazer mais e melhor, neste sentido esperamos que ao longo do ano de 2015 possamos contribuir para uma positiva integração no mercado de trabalho e desempenho no mesmo, por parte dos adultos que até nós chegam diariamente em busca de uma solução adequada para a sua situação escolar/profissional.

Relativamente à nossa metodologia, pretendemos no ano de 2015 alargar a nossa intervenção aos funcionários da Santa Casa às IPSS locais, como já fizemos em anos anteriores, de modo a amplificar a nossa dinâmica.

Em reuniões de equipa, pudemos chegar à conclusão de que existia um verdadeiro desperdício de papel, visto entregarmos os materiais pedagógicos neste suporte. Decidiu-se, como já fazíamos na Formação Pedagógica Inicial de Formadores, proceder à entrega deste material a todos os formandos e em todas as ações em suporte digital.

No que diz respeito à Formação Pedagógica Inicial de Formadores, pretendemos desenvolver uma nova ação em 2015, que já se encontra homologada pela delegação do IEFP e já temos contamos com algumas pré-inscrições.

Pretendemos dar oportunidades a quem delas necessita, expandir informação e criar o interesse pela aposta contínua na formação, contribuindo para um melhor nível de vida da população.

De acordo com os novos desafios exigidos pela sociedade, pretendemos dotar os cidadãos de um conjunto de competências que lhes permitam um exercício pleno dos seus direitos de cidadania, bem como vocacionada para o aumento de produtividade da nossa região.

***Pretendemos, pois, dar continuidade à segunda obra de Misericórdia Espiritual  
“Ensinar os ignorantes”.***

*Projeto*  
*Incentiv@r.te*  
*E5G*

## **NOTAS INTRODUTÓRIAS**

Campo Maior é um concelho empobrecido, com características rurais, cuja população evidencia níveis baixos de escolaridade, de abandono e absentismo escolar. Conta ainda com uma comunidade de etnia cigana e descendentes de imigrantes com algum peso no concelho, assim como um elevado número de famílias desfavorecidas e de alguma forma destruturadas, beneficiárias do Rendimento Social de Inserção. Este público, identificado como beneficiário prioritário do Programa ESCOLHAS, carece até ao momento de respostas sociais de integração, as quais cremos constarem nesta nossa candidatura.

Podemos mesmo afirmar que Campo Maior se localiza num território especialmente vulnerável, com um vasto número de crianças/ jovens em situação de insucesso escolar, que aguardam os seus 18 anos para o abandono escolar. Neste sentido, pensamos que o projeto [Incentiv@r.te](mailto:Incentiv@r.te) tem a principal missão de incentivar e motivar estas crianças para investirem no seu futuro, de modo a serem inseridas e respeitadas socialmente, quer seja através de atividades de apoio à escola ou de atividades de desenvolvimento e contacto social.

Com o Projeto “Incentiv@r.te”, abrangemos as 5 medidas do Programa ESCOLHAS, tentando desta forma dar uma resposta a todas as necessidades detetadas e a todas as lacunas assinaladas pelo consórcio em fase de candidatura. Assim sendo, temos como principais objetivos a motivação destas crianças/jovens para o mundo escolar/formativo, a inserção social através da participação ativa nas principais instituições/atividades culturais, a criação de respostas lúdico-educativas gratuitas que de outra forma estes públicos não teriam acesso.

Através da constituição do consórcio do projeto, foi tido em conta as respostas e necessidades da região, deste modo, contamos com as principais instituições capazes de sinalizar situações de crianças/jovens em risco de exclusão escolar e social, assim como são essas mesmas instituições capazes de, em conjunto, encontrar respostas positivas, quer seja para inclusão escolar, profissional ou social. Contar ainda com o espaço Cid@net, com vista à inclusão digital destes públicos, bem como implementar uma dinamização comunitária que pretende estabelecer relações entre a atividade lúdica e as atividades desenvolvidas no âmbito do ensino, da educação, da saúde e principalmente dos problemas, hábitos e costumes da sociedade atual.

## **EQUIPA TÉCNICA DO PROJETO**

- Coordenadora
- Técnica Animadora
- Técnica Socióloga

- Monitora Cid@net
- Dinamizador Comunitário
- Técnica Psicóloga (a tempo parcial)

## **CONSÓRCIO**

- Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior (Entidade Gestora e Promotora)
- Município de Campo Maior
- CPCJ
- Agrupamento de Escolas de Campo Maior
- Coração DELTA
- Serviço de Emprego de Elvas/IEFP de Portalegre
- CURPI
- Teatro Blá Blá Blá

## **METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO**

O Projeto [Incentiv@r.te](mailto:Incentiv@r.te), necessita de um processo de avaliação interna, para que se possa efetuar uma comparação entre as atividades projetadas e as atividades realizadas (grau de concretização e taxa de execução física), bem como ter conhecimento da taxa de execução financeira.

Neste sentido, a Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior, enquanto Entidade Promotora e Executora do projeto pratica a seguinte metodologia de avaliação:

- Reuniões semanais da equipa do projeto, com suporte documental de atas: em cada semana existe uma Técnica do projeto que é responsável pela concretização da ata e pelo resumo das atividades concretizadas, pontos fortes e fracos, dificuldades sentidas e propostas de resolução;
- Reuniões periódicas do Consórcio, com suporte documental de atas: reuniões com o objetivo de dar conhecimento da taxa de execução do projeto e de quais as atividades a desenvolver no próximo mês; nestas reuniões é solicitada a colaboração dos parceiros e definidos procedimentos para se executarem atividades;
- Registo de acompanhamento com os destinatários do projeto, com suporte documental: as Técnicas do Projeto, efetuam acompanhamentos diários com os

destinatários do projeto e registam na sua ficha de identificação individual. Neste sentido, serão criados processos individuais dos beneficiários do projeto, que terão carácter confidencial;

- Inquéritos aos destinatários do projeto: sempre que se realiza uma atividade serão elaborados inquéritos aos destinatários dessa ação, sendo posteriormente objeto de análise qualitativa e quantitativa.
- Fichas de avaliação das ações: por cada atividade será efetuado um dossier próprio, onde se encontrarão todos os procedimentos, pelo que neste processo estarão informações sobre o número e tipo de participantes, processos de divulgação, duração, data de realização, recursos humanos e materiais utilizados, questionários de avaliação e avaliação qualitativa da atividade;
- Na avaliação técnica contemplaremos ainda a utilização da ferramenta informática de avaliação online “AGIL”, com o objetivo de fazer o tratamento de dados de todas as atividades realizadas.
- Para complementar a avaliação, organizaremos Assembleias de jovens periódicas de forma a recolher a avaliação feita pelos mesmos, de forma a incorporá-los nos relatórios de autoavaliação.
- Elaboração de Relatório de Avaliação Anual: as Técnicas do Projeto realizarão um relatório de avaliação anual das ações do projeto, com indicação da sua autoavaliação enquanto técnicas do mesmo.

## **CARATERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES DIRETOS**

Consideramos como participantes diretos do projeto, todas as crianças e jovens entre os 6 e os 24 anos, que se encontre em situação eminente de risco social e/ou escolar. Assim sendo e após análise de dados relativos ao concelho de Campo Maior, podemos afirmar que contamos com 3 grupos distintos na sua proveniência, os oriundos de Etnia Cigana, de Imigrantes e de Famílias desfavorecidas.

Segundo a Resolução do Conselho de Ministros, o conceito de crianças e jovens em risco engloba *“as crianças e jovens sujeitos a maus-tratos, aqueles a quem os pais ou representantes legais não prestam os cuidados necessários ao seu desenvolvimento e ainda aqueles que, com o seu comportamento, ponham eles próprios em causa o seu desenvolvimento, não tomando os pais ou representantes legais (ou não podendo tomar) as*



*medidas necessárias para pôr cobro a esse comportamento, ou não se mostrando eficazes as medidas que estes adotam.”*

*“São crianças ou jovens em perigo os que se encontram numa das seguintes situações: abandono; maus-tratos físicos ou psíquicos, ou vítima de abusos sexuais; não recebe os cuidados ou afeição adequados à sua idade e situação pessoal; é obrigada a atividades ou trabalhos excessivos ou inadequados à sua idade; está sujeita a comportamentos que afetam a sua segurança ou o seu equilíbrio emocional; assume comportamentos ou se entrega a atividades ou consumos que afetem gravemente a sua saúde, segurança, formação, educação ou desenvolvimento, sem que os pais se lhes oponham de modo adequado a remover essa situação (...)”*

Entre as crianças de risco podemos distinguir as crianças em situação de marginalidade, pobreza e falta de condições básicas de higiene, as crianças que por problemas biológicos podem vir a sofrer de perturbações, e as crianças que à nascença já apresentam deficiências.

O que se verifica, em todos os casos de crianças em risco, é o facto de não existir um fator isolado, mas sim vários fatores que se conjugam entre si, criando assim condições para que surjam graves problemas na socialização e educação da criança.

Temos a ideia geral que mais do que ninguém, a criança está exposta a riscos muito mais graves do que qualquer pessoa na mesma situação, já que, quer fisicamente quer mentalmente, não está preparada para se defender dessas ameaças.

Há na criança a falta de capacidade de se defender por si própria, o que faz com que a família seja a responsável por esta, assim como a necessidade de socialização com as figuras parentais ou com um meio envolvente organizado, de forma a esta adquirir a educação necessária que a irá ajudar na sua vida futura.

A família é o ponto de partida para a construção do carácter e identidade da criança. É o meio onde a criança começa a desenvolver a sua afetividade e segurança emocional; sendo sempre o principal núcleo de apoio, orientação e segurança das crianças. Segue-se a escola, (ou qualquer espaço educativo) que poderá ser entendida como um reforço da formação, já veiculada pela família. Estes dois suportes são duas fontes de socialização primárias de cada indivíduo, revelando uma grande importância tanto a nível físico, social, ou psicológico.

A nível familiar, as razões podem dever-se à precariedade económica do agregado familiar, às carências de habitação e/ou emprego instável, mas também à falta de carinho e envolvimento afetivo desde a primeira infância.

Situações como a dependência de drogas, álcool, prostituição e mendicância por parte dos pais, são fatores do foro psicossocial que afetam bastante o desenvolvimento harmonioso da

criança, sendo estes fatores casos difíceis de estudar e resolver, já que abrangem questões de várias ordens.

## ATIVIDADES DO PROJETO

Atividade	Medida	Ação
Gabinete de Atendimento Social/Apoio psicológico com utentes e famílias	I	a
Sala de Estudo	I	c
Banco de Recolha de Manuais Escolares/Materiais Didáticos	I	c
Criação de um curso de Aprendizagem e/ou EFA	II	c
"Criar é Motivar"	I	b
Atelier de Competências Familiares	I	d
Atelier Escola Virtual	I	c
Atelier de aquisição de competências formativas e emprego	II	a
Jog@r.te	III	a
Atelier de Dramatização	III	c
Atelier de Competências Sociais e de Integração	III	a
Atelier d' Artes	III	c
Grupo de Voluntariado Jovem	V	c
Animação de Recreios Escolares	III	a
Grupo de Jovens Informal	V	a
Form@r.te	V	f
Clube de Leitura	I	c
Sessões de informação/esclarecimento para encaminhamento através do Centro de Emprego de Elvas para ofertas de emprego ou estágios profissionais.	II	a
Sessões de informação/esclarecimento para encaminhamento através do IEFP Portalegre para ofertas formativas.	II	b
Atelier das Letras	I	c
Atelier de Manualidades	III	a
Férias Escolares	III	a
Espaço de ATL	III	c
Workshop de Prevenção e Segurança	III	e
Workshop com abordagem à sexualidade juvenil	III	f
Espaço Internet	IV	a
Promoção de competências sob orientação do monitor Cid@net	IV	b
Curso de Iniciação às TIC	IV	c
Concurso Anual de Ideias para Jovens	V	e
Jogos Tradicionais Intergeracionais	III	b
Visitas a IPSS promovendo relações intergeracionais e espírito de voluntariado	III	h
Recolha de saberes/usos/costumes	III	h
Espetáculo Anual do Projeto Incentiv@r.te E5G	III	c
Atelier de Cinema Português	III	b
Atelier da Natureza	III	a

De referir que este projeto é avaliado e renovado anualmente pela Equipa de Acompanhamento Escolhas e o mesmo pode ser alterado consoante análise dos mesmos.

*Gabinete*  
*alzheimer.m@ior*

## NOTAS PRÉVIAS

O Gabinete *alzheimer.m@ior* foi criado em protocolo celebrado com a Associação Alzheimer Portugal em 15 de Novembro de 2013 e iniciou os seus trabalhos a 2 de Dezembro de 2013.

Num território onde a predominância da realidade da demência é bastante expressiva, à luz do que acontece no quadro nacional e mundial, e a partir da experiência da Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior no trabalho com a população idosa, surgiu a ideia de criar uma resposta que pudesse dar apoio ao utente com doença de Alzheimer e ao seu cuidador.

Com abrangência territorial nos concelhos de Campo Maior, Elvas e Arronches e por forma a concretizar concertadamente as suas ações, o Gabinete estruturou uma rede de parcerias com diferentes entidades destes concelhos, como sejam os três Municípios, as Juntas de Freguesia do concelho de Campo Maior (Nossa Sra da Expectação, S. João Batista e N. Sra da Graça dos Degolados), a Associação das Festas do Povo de Campo Maior, a CURPI (Cooperativa Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos de Campo Maior) e o Instituto Politécnico de Portalegre, através das suas Escolas Superiores de Saúde e Educação. Para além disso, e no sentido de obter benefícios para os seus utentes, o Gabinete estabeleceu uma importante parceria com uma Clínica de Serviços de Saúde do Concelho (CLISANU) que permite o acesso a consultas de especialidade (Psiquiatria) a preços mais baixos.

Os objetivos do Gabinete *Alzheimer.M@ior* incidem em três áreas: Pessoa com Demência, Cuidador e Comunidade.

Ao nível da comunidade o Gabinete visa:

- Sensibilizar e informar a população para a doença de Alzheimer e outras formas de demência
- Desenvolver e organizar ações de informação, parcerias com entidades públicas e privadas, de forma a reduzir o estigma social associado às demências
- Promover o voluntariado direcionado para o apoio ao cuidador
- Formar técnicos e profissionais que trabalhem com indivíduos em risco de demência ou já com demência diagnosticada.

Ao nível da Pessoa com Demência visa:

- Avaliar e acompanhar o doente, através da estimulação e reabilitação cognitiva nas fases, inicial e intermédia, da Doença de Alzheimer ou outra forma de demência.

Ao nível do cuidador visa:

- Informar e sensibilizar o familiar/cuidador da pessoa com demência sobre este tipo de demência e os apoios sociais disponíveis.
- Prestar apoio psicológico através de um acompanhamento individualizado.
- Promover grupos de auto-ajuda, possibilitando a partilha de vivências, impressões e experiências entre familiares/cuidadores.

O Plano de Atividades do Gabinete [Alzheimer.m@ior](mailto:Alzheimer.m@ior) para o ano de 2015, prevê, não só a continuidade do trabalho desenvolvido durante o ano de 2014, mas também a realização de novas atividades que surgiram da experiência no terreno durante os últimos doze meses e que permitiu perceber novas necessidades e priorizar intervenções, tendo em conta os desafios colocados ao Gabinete pelas Pessoas com Demência, cuidadores informais e formais e comunidade em geral.

“Estes novos tempos desafiam-nos a criar uma nova consciência coletiva da importância das pessoas idosas na sociedade, a construir uma renovada imagem social da velhice, isenta de atitudes estigmatizadoras e preconceituosas, a olhar com outros olhos a questão da reforma, processo muitas vezes não desejado pelas próprias pessoas idosas, enfim, os desafios são inúmeros e cabe a cada um de nós, como cidadãos, a contribuir para a construção de uma sociedade cada vez mais conscientes e mais sinérgica.”

(Nunes, 2012)

Durante o ano de 2015, a ação do Gabinete continuará a enfatizar três grandes áreas de intervenção: Comunidade, a Pessoa com Demência, em contexto domiciliário ou institucional e o seu cuidador.

Segundo diversos estudos realizados na área, a doença de Alzheimer corresponde a 60-70% dos casos de demência, o que a torna a forma mais comum de demência no idoso. Os

resultados para a população portuguesa, ainda que sejam apenas estimados, apontam para que também 60% dos casos de Demência sejam causados por Doença de Alzheimer.

Segundo Mendes (2012), o número de idosos portadores de Demência tem vindo a aumentar e em Portugal estima-se que haja cerca de 153.000 pessoas portadoras dessa doença. Prevê-se que este número possa duplicar até 2020 em 2050 atinja um valor máximo de três milhões de pessoas, ou seja, 32% da população total portuguesa.

Segundo Touchon et Portet (2002) a doença de Alzheimer tornou-se num problema de saúde pública e um dos maiores problemas de saúde do séc. XXI (Nunes, 2005). A constatação desta realidade, abarca um conjunto de desafios que não podem ser ignorados, uma vez que a pessoa com Demência necessita de cuidados específicos, ainda que diferenciados e que não se podem resumir aos que apoiam as suas necessidades básicas, existindo a necessidade de realizar um trabalho efectivo que permita a manutenção das capacidades remanescentes.

## **ÁREA DE INTERVENÇÃO 1: *SENSIBILIZAÇÃO DA COMUNIDADE***

---

### **•Manutenção do Projeto “Até Si”**

O projeto “Até Si” terá continuidade no ano de 2015, tendo em conta a avaliação positiva que o mesmo teve por parte dos seus destinatários (idosos em isolamento social/territorial), mas também por parte do parceiro institucional do projeto, a GNR, que considera ser um projeto de elevada importância no concelho.

Este projeto, que durante quatro meses foi co-financiado pelo Programa de Financiamento a Projetos do Instituto Nacional para a Reabilitação, teve por objetivo proporcionar um apoio semanal ao domicílio à população em isolamento social, tendo por base a premissa de que esta população, devido às suas condições territoriais não se deslocaria ao Gabinete nem às suas inúmeras ações de sensibilização/informação na área da Demência. Para além disso e tendo em conta que o público-alvo do projeto foi definido com base no estudo “Censos Sénior” realizado pela GNR e que é composto por pessoas com mais de 65 anos de idade, é previsível que existam situações de idosos com defeito cognitivo nesta população ou em risco de desenvolver uma patologia ou quadro demencial.

O projeto continuará a ser desenvolvido com visitas semanais aos domicílios dos idosos sinalizados, proporcionando momentos de sensibilização e informação na área das

Demências, sempre com o acompanhamento por parte dos militares do posto territorial de Campo Maior. De frisar ainda que o projeto permitiu em 2014 identificar algumas situações de emergência social na área da terceira idade que, ainda que não sejam situações diretamente solucionáveis pelo Gabinete, foram encaminhadas e resolvidas com o apoio da Misericórdia ou de outras instituições concelhias.

#### **•Promover ações de sensibilização à população**

A área da Doença de Alzheimer ou das demências, no geral, continua a ser uma área de intervenção muito nova e onde continuam a existir grandes lacunas ao nível dos conhecimentos e das competências a desenvolver necessárias para lidar com as pessoas que sofrem desta patologia neurodegenerativa.

Como tal, é intenção do Gabinete [Alzheimer.m@aior](mailto:Alzheimer.m@aior) continuar em 2015 a **criar momentos abertos à comunidade em geral** que promovam momentos de sensibilização e partilha de ideias no âmbito da problemática da demência. Tendo em conta a realização em 2014 de ações deste cariz em Campo Maior e Elvas, prevê-se no ano de 2015 levar a cabo uma ação de sensibilização no concelho de Arronches, também ele integrante do território.

Uma das necessidades detetadas pelo Gabinete é a ausência de momentos de formação, reflexão e de aquisição de novas competências para técnicos das áreas da saúde e social que trabalham nesta área de intervenção, sendo que a maioria dos eventos que podem ir ao encontro desta necessidade se limitam à área urbana do país. Deste modo, é intenção do Gabinete realizar um **encontro de um a dois dias**, que possa trazer a Campo Maior um conjunto de peritos nacionais na área das Demências, tendo para isso o apoio do Instituto Politécnico de Portalegre e será ainda lançado o desafio à Universidade de Évora, possibilitando o apoio científico que possa credibilizar esta ação.

#### **- Oficina da Memória: Academia de Aprendizagem e Cultura- Universidade Sénior de Campo Maior e Centro Comunitário de Campo Maior**

Pretende-se com esta oficina continuar a informar e sensibilizar os alunos da Academia de Aprendizagem e Cultura - Universidade Sénior de Campo Maior e do Centro Comunitário de Campo Maior, para a problemática da demência através de uma estratégia expositiva e interativa, reforçando as questões do treino da memória, atenção, estilo de vida saudável e envelhecimento ativo. No ano de 2015, esta oficina irá abordar ainda novos conteúdos como sejam a Neuróbica ou exercícios de neurofitness.

## •Ação em Campus pela Memória – Apresentação de resultados

A ação “Em Campus pela Memória”, realizada conjuntamente com o Instituto Politécnico de Portalegre, envolveu 22 alunos do mestrado de Gerontologia da Escola Superior de Saúde do referido Instituto, dois professores deste mestrado e as duas técnicas do gabinete. Teve como objetivo compreender melhor a realidade da problemática da demência no concelho; o perfil do cuidador formal e informal e a perceção do suporte social face à realidade da demência. Numa primeira fase, realizada em 2014, abrangeu 46 pessoas: Cuidadores formais, informais e utentes. Ao nível dos Utentes aplicaram-se os instrumentos: Perfil do utente e Mini Mental State. Ao nível dos Cuidadores Formais aplicaram-se os instrumentos: Perfil do cuidador formal e BIG FIVE INVENTORY. Ao nível dos Cuidadores Informais aplicaram-se os instrumentos: Perfil do cuidador informal e BIG FIVE INVENTORY.

Está prevista a apresentação dos resultados deste estudo, que ainda que sejam preliminares, são produção científica e como tal, o Gabinete [Alzheimer.m@ior](mailto:Alzheimer.m@ior), pondera participar em encontros e seminários alusivos à problemática da demência.

Pretende-se ainda alargar este estudo a outras áreas, para tal numa segunda fase serão aplicados os seguintes instrumentos: Suporte Social; The General Health Questionnaire e o Inventário de Saúde Mental.

## NÍVEL DE INTERVENÇÃO 2: AÇÕES PSICOSSOCIAIS E DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

Neste âmbito de intervenção, o Gabinete [alzheimer.m@ior](mailto:alzheimer.m@ior) manterá as **atividades de estimulação cognitiva no domicílio dos utentes**, permitindo um trabalho com periodicidade mínima semanal e que promova a manutenção das capacidades e a ocupação da Pessoa com Demência. Estas visitas domiciliárias permitem também conhecer as necessidades do cuidador da Pessoa e adequar o trabalho do Gabinete a cada utente, segundo uma lógica de intervenção diferenciada para cada caso.

Para além disso, o Gabinete continuará a disponibilizar apoio psicológico a utentes e particularmente, a cuidadores de pessoas com Demência, tendo em conta que “cuidar do outro requer um esforço significativo e pode ser uma tarefa muito stressante, que muitas vezes exige cuidados exclusivos. O cuidador de Alzheimer cansa-se física e mentalmente nos cuidados que presta, muitas vezes de forma quase que exclusiva, e acaba por se isolar socialmente e esquecer a própria saúde ou a própria vida.



O Gabinete espera também continuar a contar com o apoio do médico especialista (área de Psiquiatria), que através do parceiro do gabinete CLISANU, realiza consultas desta especialidade a preços acessíveis, o que permite que os utentes do gabinete possam aceder a um diagnóstico efetivo e ter um acompanhamento médico mais regular, indispensável na área da Doença de Alzheimer.

### **Atividades direcionadas para os utentes das respostas sociais de Lar de idosos e Centro de Dia da Santa Casa da Misericórdia de Campo Maior:**

No seguimento da visão de Nunes (2012), no trabalho com a terceira idade, será necessário apostar em atividades para a população reformada que combatam os sentimentos de inatividade, solidão e isolamento, cativando as pessoas idosas para uma participação mais ativa.

No ano de 2015, o gabinete irá manter a atividade **“Oficina da Memória”** realizada nas nossas respostas sociais de Lar de Idosos e Centro de Dia. Esta ação começou a ser realizada no último trimestre de 2014 e continuará a ser desenvolvida em 2015, acontecendo três vezes por semana (3<sup>as</sup>, 4<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>) entre as 10h.45m e 11h45m. Esta Oficina da Memória, que conta também com a participação da Animadora Socio-Cultural da instituição, é um importante momento de trabalho com os utentes com Demência, proporcionando a ocupação dos mesmos e a estimulação cognitiva com recurso a atividades diferenciadas e em estreita relação com a sua História de Vida, gostos e capacidades remanescentes.

Outra ação que pretendemos levar a cabo com os utentes do nosso Lar de idosos é o **projeto “Retratus”**, que pretende trabalhar com os idosos institucionalizados a identificação dos quartos através da sua fotografia individual. No seguimento desta noção de que os idosos necessitam de manter a sua capacidade de identificar a sua auto-imagem, o Gabinete propõe também a realização de uma sessão fotográfica com os utentes de Centro de Dia, com recurso a um fotógrafo amador da comunidade.

Ainda com os utentes de Lar e Centro de Dia, o Gabinete pondera, conjuntamente com a animadora sociocultural, pretende-se promover, ao longo do ano de 2015, o **projeto “Tardes com História”**, um projeto que pretende disponibilizar um conjunto de atividades diferentes aos utentes do Lar e Centro de Dia, com recurso a artistas da comunidade e que possam dinamizar tardes de música, dança ou outras atividades como a magia, nas instalações do nosso Lar de idosos.

Mais ainda, o Gabinete propõe desenvolver uma atividade com a Biblioteca da Escola Secundária de Campo Maior, integrando os nossos utentes num projeto já desenvolvido por

esta biblioteca com os alunos do ensino secundário. Este projeto, que denominamos de **“Cabelos Brancos com Estórias”**, operacionalizar-se-á em deslocações dos nossos idosos à biblioteca da escola e onde poderão ouvir e contar histórias conjuntamente com os alunos integrantes deste projeto. Para além dos benefícios que as atividades de leitura trazem para os indivíduos, estes momentos são também momentos intergeracionais, com ganhos enormes para ambos os grupos etários intervenientes.

Finalmente e porque sentimos a necessidade de reforço das relações familiares com os utentes institucionalizados – respostas sociais de Lar e Centro de Dia, o Gabinete [Alzheimer.M@ior](mailto:Alzheimer.M@ior) apoiará a realização da tese de mestrado de uma mestranda em Gerontologia do Instituto Politécnico de Portalegre, com o **tema “Promoção das relações familiares e dos laços afetivos entre Doente de Alzheimer institucionalizado e a família”**. Este trabalho incidirá no apoio a dez famílias de dez utentes institucionalizados e pretende perceber quais as estratégias necessárias para manter ou aumentar os laços familiares dos idosos com o seu contexto familiar.

## **DIVULGAÇÃO E COMUNICAÇÃO**

Ao longo do ano de 2015, o Gabinete [alzheimer.m@ior](mailto:alzheimer.m@ior) continuará a **disseminar as ações do gabinete pelos meios de comunicação** que estão ao seu dispor: rádios, jornais, páginas do facebook da instituição e do gabinete; páginas institucionais dos parceiros do gabinete e mantém a forte perceção de que é necessário implementar uma estratégia de comunicação integrada e eficaz: suportes de imagem corporativa; site; material publicitário, eventos, feiras de divulgação...

## **VOLUNTARIADO**

Um das áreas que ainda não está devidamente posta em prática e na qual o gabinete tem tentado apostar fortemente é a área do voluntariado. Em 2015, o Gabinete Alzheimer.M@ior voltará a desenvolver esforços no sentido de **promover o voluntariado na área da terceira idade**, sendo que para tal será necessário desenvolver **ações de formação para voluntários na área da demência**, tendo em conta as especificidades do trabalho voluntário com idosos com Doença de Alzheimer ou outro quadro demencial, em contexto tanto domiciliário como institucional.

## INFORMAÇÃO/FORMAÇÃO

À semelhança do desenvolvido no ano de 2014 na nossa instituição e em instituições dos concelhos limítrofes que vivem diariamente a experiência de trabalhar e cuidar de pessoas com Demência, o gabinete apostará novamente em 2015 na **promoção de ações de formação** direcionada às instituições dos concelhos de abrangência do gabinete envolvendo cuidadores formais (técnicos, auxiliares e ajudantes) promovendo a melhoria das competências de trabalho na área das demências.

No sentido de melhorar conhecimentos e aumentar as competências dos cuidadores formais e informais das Pessoas com Demência, é intenção do gabinete **promover workshops em temáticas específicas** desta área de intervenção como sejam, a “Ocupação da Pessoa com Demência”, “Cuidados farmacológicos”, “Estimulação Cognitiva” ou a “Nutrição e a Pessoa com Demência”.

## ARTICULAÇÃO COM ENTIDADES

No próximo ano de 2015, o Gabinete [Alzheimer.m@ior](mailto:Alzheimer.m@ior), continuará a **promover uma estreita ligação com a Alzheimer Portugal** por forma a criar estratégias conjuntas de intervenção, **a consolidar e alargar a rede de parceiros** do gabinete com interesse para os objetivos do seu trabalho e **a alargar os protocolos com entidades** encontrando novos benefícios para os utentes do gabinete: protocolos com clínicas, outros serviços de saúde ou outros prestadores de cuidados no domicílio.

O gabinete prevê ainda reforçar a sua ligação com a Instituição de Ensino Superior Público do distrito, o Instituto Politécnico de Portalegre e, ainda que articule de forma estreita com as suas Escolas Superiores de Educação e Saúde, vai lançar um desafio aos Cursos de Design de Comunicação e de Design e Animação Multimédia, no sentido de desenvolvermos em conjunto uma sinalética que possa identificar os espaços constituintes dos domicílios dos utentes e ou instituições onde se encontram integrados, sendo que a mesma deve ser claramente percecionada pelas pessoas com Demência.

## FINANCIAMENTO

Ao longo do ano de 2015, as técnicas do Gabinete irão aumentar os seus esforços por **alargar as fontes de financiamento do gabinete**, realizando candidaturas a programas de financiamento e/ou apelando à política de mecenato junto de entidades privadas, por forma a promover formas alternativas de financiamento das atividades do gabinete.