

RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES 2018



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Índice

Introdução.....	pág.3
Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas (ERPI) e Extensão de ERPI.....	pág.4
Centro de Dia - Lousã.....	pág.6
Serviço de Apoio Domiciliário – Lousã.....	pág.8
Centro de Dia – Foz de Arouce.....	pág.11
Serviço de Apoio Domiciliário – Foz de Arouce.....	pág.13
Actividades Socioculturais	pág.16
Psicologia.....	pág.20
Fisioterapia.....	pág.26
Cantinas Sociais.....	pág.28
Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas.....	pág.30
Creche.....	pág.32
Jardim de Infância São José.....	pág.37
Outras Acções.....	pág.43
Obras.....	pág.34

Página:	2de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	-------	------------------------------	------	------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

INTRODUÇÃO

Este relatório de actividades vem espelhar o desempenho desta Instituição no cumprimento dos seus objectivos e reflecte, de uma forma geral, as actividades desenvolvidas.

O ano de 2018 apresentou-se como mais um ano em que foi dada resposta aos desafios colocados. Com o desenvolvimento das actividades, a Instituição continuou a dar cumprimento através da prestação de serviços, a um conjunto de respostas sociais e solidárias, de forma a dar continuidade à obra social que tem vindo a construir, sempre enquadrada numa perspectiva sustentada.

Alargar a capacidade de resposta ao nível da Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas sempre foi entendida como de prioridade elevada face às carências da região.

Neste sentido, destacamos como um marco muito importante no ano de 2018, a conclusão das obras na ERPI.

Conseguiu-se, para além do importante aumento da capacidade de 70 para 80 utentes, uma melhoria bastante significativa ao nível da disposição e funcionamento dos espaços, principalmente no piso 0 do edifício.

Foram criadas condições que permitiram melhorar o atendimento aos utentes não só de ERPI, mas também da resposta social de Centro de Dia, contribuindo deste modo para colmatar as carências existentes até à data ao nível de espaços (salas, wcs e refeitório).

A concretização das obras criou também bases de desenvolvimento indispensáveis para o desempenho da actividade, melhorando a qualidade de serviços prestados aos idosos, contribuindo para o seu bem-estar físico, mental e social.

Foi sempre objectivo da Instituição, implementar medidas que de algum modo tivessem impacto no conforto e melhoria contínua da protecção quotidiana e dinamização dos projectos de vida dos utentes. Refira-se que, a eficiência, o profissionalismo e a qualidade dos serviços prestados são aspectos fundamentais para garantir aos utentes a melhor resposta social adequada à sua situação e à promoção de um envelhecimento activo e saudável.

Consciente dos deveres de responsabilidade e solidariedade perante a comunidade, a Instituição deu o seu contributo ao longo de 2018 ao promover a inclusão, a estabilidade, a criação e manutenção de emprego e a melhoria do bem-estar da população residente na Lousã.

O ano de 2018 não foi pródigo em receitas, por resolver o Hospital de S. João, porque não avançou a 2.ª fase da obra, devido a várias alterações ao projecto inicial, assim como os bens do Brasil deixaram de gerar receita compatível com as despesas de condomínio e impostos.

No futuro, teremos de enviar verbas para pagamento das despesas correntes, condomínio atrasado, saldar a dívida contraída com a empresa do nosso Procurador que foi pagando as despesas correntes mensais e algum condomínio atrasado.

Os três pisos estão à venda, na sua totalidade ou parcialmente, em três imobiliárias brasileiras.

Esta situação é muito preocupante porque não vemos solução a curto prazo.

Página:	3de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	-------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS (ERPI) EXTENSÃO DE ERPI



- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 65
- **Capacidade da resposta social** – 70 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 67 em ERPI (15 do sexo masculino e 52 do sexo feminino) e 14 em Extensão de ERPI (7 do sexo masculino e 7 do sexo feminino).
- **Número de idosos inscritos** – 255
- **Número de idosos admitidos em 2018** – 12 (4 do sexo masculino e 8 do sexo feminino).
- **Idades** – As idades dos utentes oscilam entre os 50 e os 101 anos.
- **Média de idades** – A média de idades dos utentes é de 83 anos. A maior incidência de idosos situa-se no grupo etário dos 85 aos 89 anos, com 17 utentes; destaca-se também o grupo dos 90 aos 94 anos, com 15 utentes.
- **Serviços Prestados**
 - Alojamento
 - Alimentação adequada às necessidades dos utentes, respeitando as prescrições médicas
 - Cuidados de higiene pessoal, conforto e imagem
 - Tratamento de roupa
 - Conforto dos espaços
 - Actividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais que visem contribuir para um clima de relacionamento saudável entre os utentes e para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas
 - Apoio no desempenho das actividades da vida diária
 - Cuidados médicos

Página:	4de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	-------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- Cuidados de enfermagem (engloba a administração de fármacos, quando prescritos)
- Cuidados de fisioterapia / Sessões de hidroterapia
- Acompanhamento a consultas / exames complementares de diagnóstico
- Acompanhamento psicologia
- Acompanhamento social
- Assistência religiosa

A ERPI / Extensão de ERPI pode, ainda, disponibilizar outro tipo de serviços:

- Transporte para acesso a cuidados de saúde na Lousã
- Aquisição de bens e serviços
- Colónia de férias
- Serviço de cabeleireiro / manicure / pedicure

Página:	5de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	-------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



CENTRO DE DIA - LOUSÃ



- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 45
- **Número de idosos atendidos** – 50 (13 do sexo masculino e 37 do sexo feminino).
- **Número de idosos inscritos** – 0
- **Idades** – As idades dos utentes de Centro de Dia oscilam entre os 40 e os 94 anos.
- **Média de idades** – A média de idades dos utentes é de 77 anos, verificando-se uma maior incidência de utentes na faixa etária dos 80-84 anos, com 18 utentes, seguida do grupo dos 75-79, com 10 utentes.
- **Grau de isolamento** – Dos 50 utentes integrados nesta resposta social, 18 vivem sós e 32 acompanhados.
- **Transporte utilizado** – A grande maioria dos utentes (27) são transportados pelas viaturas da Instituição.
- **Funcionamento** – Esta resposta social funciona 7 dias por semana, entre as 9h e as 17h30, podendo o horário ser alargado a outros períodos (caso os utentes jantem na Instituição).
- **Serviços prestados**
 - ♦ Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, comunitárias, de motricidade e de estimulação cognitiva, nomeadamente:
 - Sessões de educação física
 - Sessões de educação musical
 - Sessões de grupo de desenvolvimento psicossocial
 - Academia de teatro
 - Passeios
 - Atividades intergeracionais
 - ♦ Alimentação, nomeadamente:
 - Almoço e lanche
 - Jantar

Página:	6de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	-------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- Cuidados de higiene pessoal e imagem
- Tratamento de roupa, de uso pessoal do utente

O Centro de Dia pode, ainda, assegurar outros serviços, designadamente:

- Transporte
- Apoio nas atividades de vida diária e na aquisição de bens e serviços
- Apoio na saúde
- Acompanhamento social
- Psicologia
- Enfermagem / Fisioterapia
- Hidroterapia

Página:	7de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	-------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

SERVICO DE APOIO DOMICILIÁRIO - LOUSÃ



- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 60
- **Capacidade da resposta social** – 60 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 60 (18 do sexo masculino e 42 do sexo feminino)
- **Número de idosos inscritos** – 2
- **Número de idosos admitidos** – 20 (6 do sexo masculino e 14 do sexo feminino)
- **Idades** – As idades dos utentes variaram entre os 45 e os 98 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 81 anos. As idades dos utentes variaram entre os 45 e os 98 anos, verificando-se uma maior incidência de utentes do sexo masculino na faixa etária dos 80 aos 84 anos, com um total de 8 idosos, e de utentes do sexo feminino nas faixas etárias dos 80 aos 84 anos e dos 85 aos 89 anos, com 14 utentes.
- **Grau de isolamento** – Dos 60 utentes atendidos, 45 viviam acompanhados e 15 sós.
- **Serviços Prestados**
 - Cuidados de higiene e conforto pessoal
 - Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados
 - Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica
 - Tratamento da roupa do uso pessoal do utente
 - Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade
 - Apoio na saúde
 - Apoio social e psicossocial
 - Transporte

Página:	8de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	-------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- Cuidados de imagem (na Sede da Instituição)
- Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio
- Enfermagem / Fisioterapia (na Sede da Instituição)
- Hidroterapia
- Psicologia

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO PROGRAMA DE REABILITAÇÃO NEUROPSICOLÓGICA



As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de SAD, no ano de 2018, com início em abril, após realização de avaliação de todos os utentes e levantamento de necessidades, prenderam-se com:

- **Realização de apoio psicológico individual**, para atenuar a sintomatologia depressiva, através da implementação de técnicas de distração positiva, aplicação de mecanismos de *coping* adequados para lidar com os sentimentos de tristeza e solidão, reforço da autoestima e consolidação de expectativas para o futuro;

- **Estimulação cognitiva/sensorial individual**, como terapêutica para a melhoria das capacidades mentais e dos sentidos ou como prevenção do declínio das mesmas. Para além disso, sendo uma técnica de distração positiva, permite acautelar o aparecimento de sintomatologia depressiva, aumentar a autoestima e incentivar ao comprometimento e responsabilidade perante as tarefas solicitadas;

- **Treinos de competências pessoais e sociais**, com o intuito de fomentar comportamentos inseridos em padrões de conduta corretos e adequados à comunidade em que se insere e contribuir para a aquisição e o reforço de competências facilitadoras da comunicação interpessoal e da resolução de problemas, facilitando, assim, a sua adaptação ao meio em que se insere;

- **Incentivo a uma maior interação social**, nomeadamente no seio da Instituição, bem como à participação em atividades grupais, tanto lúdico-recreativas como psicossociais, para combate ao isolamento social;

Página:	9de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	-------	------------------------------	------	------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.

Além da intervenção indicada, foi também iniciado, em outubro, na sala de formação da Instituição, o **programa de reabilitação neuropsicológica**, com três utentes de SAD Lousã e três utentes do C. Dia de S. Miguel, acompanhados por seis crianças em sistema de rotatividade semanal, do grupo de crianças da sala dos cinco anos do jardim-de-infância da Instituição.

O objetivo geral do programa é o de estimular neuropsicologicamente e, conseqüentemente, aumentar a autonomia e a qualidade de vida dos idosos. Relativamente aos objetivos específicos, destacam-se a conservação, a recuperação e a melhoria das capacidades cognitivas, a promoção da interação social e a diminuição da solidão e dos sintomas psicopatológicos.

▪ Viaturas – 6

▪ **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou 7 dias por semana. Aos dias úteis, das 8h30 às 17h30, e aos fins-de-semana e feriados, das 8h30 às 14h.

Página:	10de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	------------------------------	------	------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



CENTRO DE DIA - FOZ DE AROUCE



- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 15
- **Capacidade da resposta social** – 15 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 14 (14 do sexo feminino)
- **Número de idosos inscritos** – 0
- **Número de idosos admitidos** – 4 (1 do sexo masculino e 3 do sexo feminino).
- **Idades**— As idades dos utentes de Centro de Dia oscilaram entre os 77 e os 88 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 82anos. Verificou-se uma maior incidência na faixa etária dos 80-84 anos e dos 80-85 anos, ambas com 5 utentes.
- **Graus de isolamento** – Dos 14 utentes atendidos em Centro de Dia, 4 viviam sozinhos e 10 acompanhados.
- **Serviços prestados**
 - Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, comunitárias, de motricidade e de estimulação cognitiva, nomeadamente:
 - Sessões de educação física
 - Sessões de educação musical
 - Sessões de grupo de desenvolvimento psicossocial
 - Academia de teatro
 - Passeios
 - Actividades intergeracionais

Página:	11de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- Alimentação - Almoço e lanche
- Cuidados de higiene pessoal e imagem
- Tratamento de roupa, de uso pessoal do utente
- O Centro de Dia pode, ainda, assegurar outros serviços, designadamente:
 - Transporte
 - Apoio nas atividades de vida diária e na aquisição de bens e serviços
 - Apoio na saúde
 - Acompanhamento social
 - Psicologia
 - Enfermagem / Fisioterapia
 - Hidroterapia

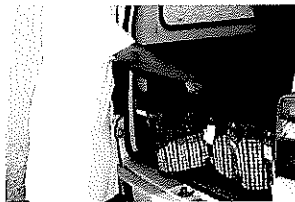
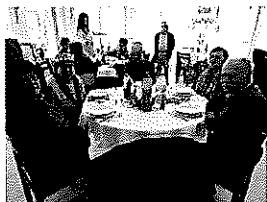
▪ **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou de segunda a sexta-feira, entre as 8h30 e as 17h.

Página:	12de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

SERVÍÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO - FOZ DE AROUCE



- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 20
- **Capacidade da resposta social** – 20 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 18 (2 do sexo masculino e 16 do sexo feminino).
- **Número de idosos inscritos** – 0
- **Número de idosos admitidos** – 7 (3 do sexo masculino e 4 do sexo feminino).
- **Idades** – As idades dos utentes variaram entre os 58 e os 106 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 75 anos. A maior incidência de utentes registou-se na faixa etária dos 85 aos 89 anos, com 5 utentes.
- **Grau de isolamento** – Dos 18 utentes atendidos, 14 viviam acompanhados e 4 viviam sós.

▪ Serviços Prestados

- Cuidados de higiene e conforto pessoal
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados
- Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica
- Tratamento da roupa do uso pessoal do utente
- Actividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade
- Apoio na saúde
- Apoio social e psicossocial
- Transporte

Página:	13de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- Cuidados de imagem (na Sede da Instituição)
- Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio
- Enfermagem / Fisioterapia (na Sede da Instituição)
- Hidroterapia
- Psicologia



ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO PROGRAMA DE REABILITAÇÃO NEUROPSICOLÓGICA

As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de SAD, no ano de 2018, com início em abril, após realização de avaliação de todos os utentes e levantamento de necessidades, prenderam-se com:

- **Realização de apoio psicológico individual**, para atenuar a sintomatologia depressiva, através da implementação de técnicas de distração positiva, aplicação de mecanismos de *coping* adequados para lidar com os sentimentos de tristeza e solidão, reforço da autoestima e consolidação de expectativas para o futuro;
- **Estimulação cognitiva/sensorial individual**, como terapêutica para a melhoria das capacidades mentais e dos sentidos ou como prevenção do declínio das mesmas. Para além disso, sendo uma técnica de distração positiva, permite acautelar o aparecimento de sintomatologia depressiva, aumentar a autoestima e incentivar ao comprometimento e responsabilidade perante as tarefas solicitadas;
- **Treinos de competências pessoais e sociais**, com o intuito de fomentar comportamentos inseridos em padrões de conduta corretos e adequados à comunidade em que se insere e contribuir para a aquisição e o reforço de competências facilitadoras da comunicação interpessoal e da resolução de problemas, facilitando, assim, a sua adaptação ao meio em que se insere;
- **Incentivo a uma maior interação social**, nomeadamente no seio da Instituição, bem como à participação em atividades grupais, tanto lúdico-recreativas como psicossociais, para combate ao isolamento social;

Página:	14de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	------------------------------	------	------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.

Além da intervenção indicada, foi também iniciado, em outubro, na sala de formação da Instituição, o **programa de reabilitação neuropsicológica**, com três utentes de SAD Lousã e três utentes do C. Dia de S. Miguel, acompanhados por seis crianças em sistema de rotatividade semanal, do grupo de crianças da sala dos cinco anos do jardim-de-infância da Instituição.

O objetivo geral do programa é o de estimular neuropsicologicamente e, consequentemente, aumentar a autonomia e a qualidade de vida dos idosos. Relativamente aos objetivos específicos, destacam-se a conservação, a recuperação e a melhoria das capacidades cognitivas, a promoção da interação social e a diminuição da solidão e dos sintomas psicopatológicos.

▪ Viaturas – 6

▪ **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou 7 dias por semana. Aos dias úteis, das 8h30 às 17h30, e aos fins-de-semana e feriados, das 8h30 às 14h.

Página:	15de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS



No decorrer do ano 2018, foram desenvolvidas diferentes atividades, devidamente programadas, de acordo com as necessidades dos utentes atendidos em Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Comunidade.

ACTIVIDADES BÁSICAS REALIZADAS (periodicidade semanal):

GINOFISIO – Orientada pela Prof. Luísa Gaspar / Fisioterapeuta Ana Nunes (até Junho)

Horário: 2ª Feira – 11h/12h – Salão polivalente

3ª Feira – 11h/12h – Sala de convívio ERPI

ATIVIDADE FISICA – Orientado pelo Prof. João Simões (desde Novembro)

Horário: 4ª Feira – 1.º Grupo – 10h30/11h – Salão polivalente

2.º Grupo - 11h15m/ 12H – Sala de convívio ERPI

GRUPO DE CANTARES – Orientado pelo Prof. Valter Correia

Horário: 3ª Feira – 11h30m / 12h15m

Local: Polivalente / Sala de convívio / Espaço exterior da Instituição

TEATRO SIM SENHORI – Orientado pela Prof. Liliana Brites

Horário: 2.ª Feira e 6ª Feira – 14h30m / 15h30m

Local: Polivalente

RANCHO SÉNIOR – Orientado pelo Prof. Valter Correia

Horário: 3ª Feira – 11h30m / 12h15m

Local: Polivalente

Página:	16de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

ESPALHAR SORRISOS – ATIVIDADE INTERGERACIONAL

Horário: 5ª Feira – 10h20m / 12h

Local: Creche

ACTIVIDADES ORIENTADAS

- Ateliers de expressão plástica (tecelagem, modelagem, digitinta, desenho, recorte, rasgagem, pintura e colagem);
- Ateliers de expressão dramática e corporal: "Animando..." e "Musicando...";
- Jardinagem;
- Dinâmica de grupo: jogos de expressão verbal, jogo de regras, jogos no exterior e jogos tradicionais;
- Observatório de imprensa (leitura de jornais e revistas);
- Visionamento de filmes e programas temáticos;
- Culinária;
- Passeios ao ar livre, vila, mercado, estabelecimentos comerciais, cemitério e igreja;
- Informática;
- Projectos: "Roda do conto...", e "Cuida de mim"

ACTIVIDADES COMPLEMENTARES

ÉPOCAS FESTIVAS COMEMORADAS:

Carnaval, Páscoa, Santos Populares, Magusto, Natal.

DIAS FESTIVOS COMEMORADOS:

Dia de Reis, Dia dos Namorados, Dia Internacional da Mulher, Dia Mundial da Floresta, Dia do Livro Português, Dia Mundial do Teatro, Dia Internacional dos Museus, Dia da Espiga, Dia da Criança, Dia Mundial do Ambiente, Dia dos Avós, Dia do Idoso, Dia Nacional da Terceira Idade, Dia da Alimentação, Dia da Saúde Mental.

Página:	17de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

PASSEIOS REALIZADOS 2018

MAIO – Passeio a Peso da Régua e Lamego – Org. CML

JUNHO – Passeio a Gois

JULHO – Passeio ao Convento de Santa Clara – à – Velha e Choupal, à Praia Fluvial da S.^a da Graça em Serpins

AGOSTO – Passeio à Figueira da Foz, à Praia Fluvial da Bogueira (Casal de Ermio) e ao Choupal, actividades de lazer e desporto

SETEMBRO – Passeio sénior a S. Pedro do Sul e a Feira de S. Mateus, Viseu – Org. CML e a Fátima

COLÓNIA DE FÉRIAS

APPACDM COIMBRA – Quinta da Fonte Quente

Local: Tocha

Data: 30 de Julho a 6 de Agosto – 8 utentes de Centro de Dia + 1 colaboradora SCML

INTERCÂMBIO INSTITUCIONAL

CEDIARA – Participação VI Olimpíadas Seniores

ADSCCL – Associação de Desenvolvimento Social e Cultural dos Cinco Lugares

Agrupamento de Escolas da Lousã

Aflopinhãl

Animação musical – Dia Internacional da Mulher e Verbena – Participação Ruizinho de Penacova

ARCIL – 13.^a Descida em cadeira de rodas

Biblioteca Municipal Comendador Montenegro

C.A.T.L. ARCIL – EB 2 da Lousã

Participação no vídeo com a temática: LOUSÃ CIDADE EDUCADORA

Escola Profissional da Lousã

Escola Secundária da Lousã

Freguesia de Lousã e Vilarinho – XIII Edição dos Jogos da Freguesia

Página:	18de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

GPL – Associação Cultural do Grupo de Concertinas da Lousã

Grupo de Concertinas da Lousã

Instituto de Conservação da Natureza e da Florestas – Mata Nacional do Choupal

Jardim de Infância Stª Rita

Matiné Dançante Primavera- Org. C.M.L.

Oficina de Segurança da Lousã no âmbito do projecto "Conhecer, Valorizar e Preservar a Serra da Lousã"

Paróquia da Lousã – Missa e Encontro mensal com Padre Orlando Martins

Sociedade Filarmónica Lousanense

União de Freguesias de Foz de Arouce e Casal de Ermio

Zumba sénior – Projeto Lousã a mexer +

Página:	19de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



PSICOLOGIA



SESSÕES DE GRUPO DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL / PROGRAMA DE REABILITAÇÃO NEUROPSICOLÓGICA GRUPAL

No ano de 2018 foram realizadas semanalmente sessões de grupo de desenvolvimento psicossocial e aplicado um programa de reabilitação neuropsicológica grupal, com utentes de ERPI, Centro de Dia, Centro de Dia São Miguel e SAD. As actividades foram desenvolvidas em contexto de sala.

Conforme as necessidades recolhidas nas avaliações realizadas aos utentes de todas as respostas sociais, foi realizado acompanhamento psicológico individual e estimulação cognitiva individual e/ou grupal regularmente.

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA INDIVIDUAL E EM GRUPO

A intervenção psicológica envolve aspectos cognitivos, emocionais, comportamentais e psicossociais, procurando melhorar a qualidade de vida dos sujeitos, através da prevenção ou tratamento das características sintomáticas não só dos défices cognitivos como também das alterações do comportamento e emocionais, associadas ao envelhecimento.

PROGRAMA DE REABILITAÇÃO NEUROPSICOLÓGICA GRUPAL

O objectivo geral do programa de reabilitação neuropsicologia grupal é estimular neuropsicologicamente e, conseqüentemente, aumentar a autonomia e a qualidade de vida dos idosos. Relativamente aos objectivos específicos, destacam-se a conservação, a recuperação e a melhoria das capacidades cognitivas, a promoção da interacção social e a diminuição da solidão e dos sintomas psicopatológicos.

É um programa multidimensional, motivador e redutor de ansiedade, através da inclusão de domínios múltiplos e exercícios simples e interessantes que se dirigem às necessidades específicas da população idosa com declínio cognitivo, com a possibilidade de ser aplicado em grupo e com a participação de crianças.

Página:	20de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

SESSÃO DE REABILITAÇÃO NEUROPSICOLÓGICA – Orientada pela Psicóloga Joana Cardoso, Mafalda Magro e Catarina Duarte

Horário: 4ª Feira – 13H-14H ou 14H-15H / Local: Sala de formação

SESSÕES DE GRUPO DE DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL

As sessões de desenvolvimento psicossocial englobam diferentes actividades organizadas nas seguintes áreas: treino cognitivo, desenvolvimento pessoal, relacionamentos interpessoais, metas e projectos. Os exercícios e actividades praticadas, com recurso a diversos jogos e dinâmicas, têm como objectivo minimizar possíveis perdas cognitivas, manter/melhorar as funções cognitivas existentes, incrementar a auto-estima, fomentar a autonomia e reforçar a interacção social.

SESSÕES DE GRUPO DE DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL – Orientada pela Psicóloga Joana Cardoso, Mafalda Magro e Catarina Duarte

Horário: 4ª Feira – 10H30 -12H

Local: Polivalente / Sala de convívio / Ext. ERPI / Espaço exterior da Instituição

Ao longo de 2018 foram realizadas mensalmente as seguintes actividades:

JANEIRO

Nome da actividade: Sopa de letras

Data: 10/01/2018

Nº de participantes: 15

Nome da actividade: Jogo do conhecimento

Data: 17/01/2018

Nº de participantes: 20

Nome da actividade: Dança Sénior

Data: 24/01/2018

Nº de participantes: 16

Nome da actividade: Vamos memorizar

Data: 31/01/2018

Nº de participantes: 16

Programa de reabilitação cognitiva

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 6

Página:	21de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

FEVEREIRO

Nome da actividade: Actividades par o dia dos namorados

Data: 07/02/2018

Nº de participantes: 15

Nome da actividade: Dinâmica de grupo "A historia"

Data: 21/02/2018

Nº de participantes: 15

Nome da actividade: Vamos memorizar

Data: 28/02/2018

Nº de participantes: 15

Programa de reabilitação cognitiva

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 6

MARÇO

Nome da actividade: Mikado

Data: 7/03/2018

Nº de participantes: 14

Nome da actividade: Jogo do equilíbrio

Data: 14/03/2018

Nº de participantes: 9

Nome da actividade: Dinâmica de grupo

Data: 21/03/2018

Nº de participantes: 13

Nome da actividade: Actividades da pascoa

Data: 28/03/2018

Nº de participantes: 15

Programa de reabilitação cognitiva

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 6

ABRIL

Nome da actividade: Bingos Seniores

Data: 4/04/2018

Nº de participantes: 9

Página:	22de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Nome da actividade: Adivinhas

Data: 11/04/2018

Nº de participantes: 18

Nome da actividade: Quem sabe! Sabe

Data: 18/04/2018

Nº de participantes: 11

PEC (Programa de estimulação cognitiva)

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 24

Programa de reabilitação cognitiva

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 6

MAIO

Nome da actividade: Roletas da memória

Data: 16/05/2018

Nº de participantes: 18

Nome da actividade: Quem é quem?

Data: 23/05/2018

Nº de participantes: 23

JUNHO

Nome da actividade: Quem Sabe! Sabe

Data: 6/06/2018

Nº de participantes: 14

Nome da actividade: " O meu casamento"

Data: 13/06/2018

Nº de participantes: 7

Nome da actividade: Fichas de linguagem

Data: 20/06/2018

Nº de participantes: 14

Nome da actividade: Musicoterapia

Data: 27/06/2018

Nº de participantes: 13

PEC (Programa de estimulação cognitiva)

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 24

Página:	23de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Programa de reabilitação cognitiva

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 6

JULHO

Nome da actividade: Jogo do conhecimento

Data: 11/07/2018

Nº de participantes: 24

Nome da actividade: Labirintos

Data: 18/06/2018

Nº de participante: 18

Nome da actividade: Musicoterapia

Data: 25/06/2018

Nº de participantes: 7

PEC (Programa de estimulação cognitiva)

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 24

Programa de reabilitação cognitiva

Periodicidade: Semanalmente

Nº de participantes: 6

AGOSTO

Nome da actividade: Jogo das Somas

Data: 1/08/2018

Nº de participantes: 18

Nome da actividade: Oficina da memória

Data: 8/08/2018

Nº de participantes: 12

Nome da actividade: Origami

Data: 22/08/2018

Nº de participantes: 13

NOVEMBRO

Nome da actividade: Musicoterapia

Data: 6/11/2018; 7/11/2018; 8/11/2018

Nº de participantes: 18

Página:	24de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Nome da atividade: Bingos Seniores

Data: 13/11/2018; 14/11/2018; 15/11/2018

Nº de participantes: 22

Nome da atividade: Palhetas Coloridas

Data: 20/11/2018; 21/11/2018; 22/11/2018

Nº de participantes: 17

Nome da atividade: Palhetas Coloridas

Data: 20/11/2018; 21/11/2018; 22/11/2018

Nº de participantes: 17

Nome da atividade: Jogo do Uno

Data: 27/11/2018; 28/11/2018; 29/11/2018

Nº de participantes: 15

DEZEMBRO

Nome da atividade: Atividades de Natal

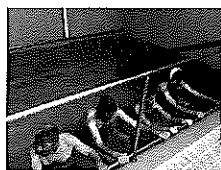
Data: Semanalmente

Nº de participantes: 40

Página:	25de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



FISIOTERAPIA



PROGRAMAS DE REABILITAÇÃO FÍSICA E MOTORA CLASSES DE FISIOTERAPIA GERIÁTRICA HIDROTERAPIA / HIDROGINÁSTICA

O gabinete de fisioterapia visa a prevenção, a manutenção e a reabilitação da função física, sempre com o objectivo de melhorar a qualidade de vida da população idosa.

À semelhança dos anos anteriores, o gabinete de fisioterapia desenvolveu um programa de consultas/tratamentos diários para utentes de ERPI, sendo que todos se encontram clinicamente avaliados e com planos de tratamentos agendados, existindo sempre espaço para as situações de urgência. Abrange também as respostas sociais de Centro de Dia e SAD, tendo sido reservado um dia semanal para o atendimento dos mesmos.

Para além deste acompanhamento diário, foram também promovidas as classes de fisioterapia geriátrica e a hidroterapia/hidroginástica, uma vez por semana, onde todas as respostas sociais são abrangidas.

CLASSES GERIÁTRICAS

As classes de fisioterapia são de carácter único e inovador uma vez que foram exclusivamente criadas e desenvolvidas pela Fisioterapeuta Ana Nunes para os utentes da Instituição, respeitado as necessidades/limitações dos mesmos.

Estas classes potencializam a melhoria da função cardíaca e respiratória, a redução do risco de queda; estimula a actividade intelectual e função cognitiva; a promoção do bem-estar físico e psicológico; a melhoria da interacção social, a melhoria da flexibilidade e mobilidade articular, a promoção do alongamento e fortalecimento muscular, a melhoria da coordenação e equilíbrio, a redução dos efeitos da imobilidade, a melhoria da funcionalidade e autonomia; a promoção da correcção postural, promoção do relaxamento muscular e diminuição da tensão.

CLASSES DE FISIOTERAPIA GERIÁTRICA – Orientada pela Fisioterapeuta Ana Nunes

Horário: 3ª Feira – 1.º Grupo – 14h15m - 15h / 2.º Grupo - 15h15m - 16h

Local: Polivalente

N.º de participantes: 8 utentes por grupo

Página:	26de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

HIDROTERAPIA / HIDROGINÁSTICA

É a união dos exercícios aquáticos com a terapia física indicada para várias patologias. Consiste numa modalidade da Fisioterapia compreendendo exercícios, manipulações e mobilizações, utilizando técnicas cientificamente experimentadas.

Existem vários efeitos terapêuticos benéficos obtidos com a imersão na água aquecida, tais como, o relaxamento, a analgesia, a redução do impacto e da agressão sobre as articulações, a estimulação da circulação periférica, o fortalecimento da musculatura respiratória, a facilitação do retorno venoso, o aumento das amplitudes de movimento, o aumento da força muscular, a redução do edema, a melhoria e manutenção do equilíbrio, estabilidade, consciência corporal, coordenação e postura e promove a sensação de bem-estar físico e psicológico.

HIDROTERAPIA/HIDROGINÁSTICA – Orientada pela Fisioterapeuta Ana Nunes

Horário: 4ª Feira – 15h/16h

Loca: CAO Arcil

N.º de participantes: 4 / 6 utentes por grupo (consoante incapacidade dos participantes)

Página:	27de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

CANTINAS SOCIAIS

CONCEITO

A Cantina Social insere-se na Rede Solidária das Cantinas Sociais e constitui-se como uma resposta de intervenção no âmbito do Programa de Emergência Alimentar, que tem como fim suprir as necessidades alimentares dos indivíduos e famílias em situação de vulnerabilidade socioeconómica, através da disponibilização de refeições.

Para concretizar os objetivos suprarreferidos é assegurada a alimentação, através do fornecimento das refeições do almoço e do jantar, as quais são transportadas devidamente embaladas pelo beneficiário e preferencialmente consumidas no domicílio. Excecionalmente, podem ser tomadas no local de funcionamento da Cantina.

A Cantina Social pressupõe uma estrutura já existente e em funcionamento para outras respostas sociais, de forma a maximizar os recursos.

As situações são referenciadas pela Segurança Social ou por outras entidades da Rede Social da Lousã.

De modo a facilitar o acesso às refeições, a Santa Casa da Misericórdia da Lousã, enquanto entidade responsável pela gestão da Cantina Social, estabeleceu parceria com uma outra Instituição Particular de Solidariedade Social, existente no concelho, nomeadamente a Associação Recreativa, Cultural e Social das Gândaras.

NORMAS DE FUNCIONAMENTO

Na altura do levantamento das refeições, o beneficiário fez-se acompanhar de recipientes adequados para que a refeição fosse devidamente embalada e acondicionada.

Cada refeição foi constituída por uma sopa, prato de peixe ou carne, um pão e uma peça de fruta ou sobremesa.

O beneficiário procedeu ao levantamento da refeição na instituição que mais se aproximou geograficamente do seu local de residência, ou que ficou definida pelo técnico gestor de caso como a que melhor se ajustou à situação em causa, de acordo com o anteriormente referido.

Antes do levantamento da refeição, fez parte dos procedimentos, o beneficiário dirigir-se ao gabinete da ação social e registar a receção da refeição.

HORÁRIO

O horário de funcionamento dos polos de confeção/distribuição foi definido por cada entidade parceira.

Página:	28de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Na Santa Casa da Misericórdia da Lousã, o horário estabelecido foi das 12h às 12h30, para almoços, e das 17h às 17h30, para jantares, durante todos os dias da semana. Aos fins-de-semana e feriados o horário funcionou entre as 12h30 e as 13h, para levantamento de almoços e jantares.

REFEIÇÕES FORNECIDAS EM 2018

MESES	Nº REFEIÇÕES			
	Lousã	Gândaras	Pinhal	TOTAL Lousã + Gândaras + Pinhal
Janeiro	360	104		410
Fevereiro	320	92		412
Março	360	104		464
Abril	340	96		436
Maio	268	100		368
Junho	253	104	21	378
Julho	265	78	22	365
Agosto	253	78	22	353
Setembro	285	75	22	382
Outubro	302	78	23	403
Novembro	283	56	21	360
Dezembro	219	35	19	273
TOTAL	3508	1000	150	4658



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

PROGRAMA OPERACIONAL DE APOIO ÀS PESSOAS MAIS CARENCIADAS

CONCEITO

O Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas (POAPMC) insere-se no âmbito do Fundo de Auxílio Europeu às Pessoas Mais Carenciadas (FEAC) e constitui-se como um instrumento de combate à pobreza e à exclusão social em Portugal, numa lógica de intervenção mediante distribuição de géneros alimentares e outros bens de consumo básico, assim como no desenvolvimento de medidas de acompanhamento que capacitem as pessoas mais carenciadas a vários níveis, promovendo assim a sua inclusão.

As situações são referenciadas pela Segurança Social ou por outras entidades da Rede Social da Lousã, sendo atendidas, no máximo, 80 pessoas.

Para concretizar os objetivos suprarreferidos, o Programa assegura a realização de ações de distribuição de géneros alimentares, mensalmente, suprimindo as necessidades definidas pela Direção Geral de Saúde em 50%, e garante também a realização de sessões de esclarecimento, sensibilização e informação que permitam capacitar as pessoas na seleção dos géneros alimentares, prevenção do desperdício, otimização da gestão de orçamentos, entre outros assuntos pertinentes.

O Programa visa, com a sua atividade, diminuir as situações de vulnerabilidade que colocam em risco a integração das pessoas e dos agregados familiares mais frágeis, reforçando as respostas políticas públicas já existentes.

NORMAS DE FUNCIONAMENTO

Os beneficiários foram contactados com a maior brevidade possível para o levantamento dos alimentos. Na altura do mesmo, fizeram-se acompanhar de embalagens próprias para o acondicionamento e transporte adequado dos alimentos para os seus domicílios.

Cada cabaz foi constituído por: leite de vaca meio gordo, queijo curado meio gordo, arroz médio carolino, massa simples do tipo esparguete, cereais de milho, feijão encarnado cozido enlatado, grão-de-bico cozido enlatado, tomate pelado enlatado, atum à posta em óleo vegetal enlatado, sardinha em óleo vegetal enlatado, frango congelado em pedaços sem miúdos, pescada congelada para cozer porcionada, mistura de vegetais ultracongelada, brócolos ultracongelados, espinafres ultracongelados, azeite, creme vegetal e marmelada.

Página:	30de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	------------------------------	------	------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

HORÁRIO

Não existiu um horário pré-definido. As acções de distribuição de géneros alimentares foram realizadas mensalmente, conforme entrega dos produtos secos, frios e congelados, transportados da entidade coordenadora (Santa Casa da Misericórdia da Pampilhosa da Serra) para as respetivas entidades mediadoras, nomeadamente a Santa Casa da Misericórdia da Lousã.

As acções de acompanhamento não tiveram periodicidade definida, sendo que foram realizadas três durante o ano de 2018.

ALIMENTOS FORNECIDOS EM 2018

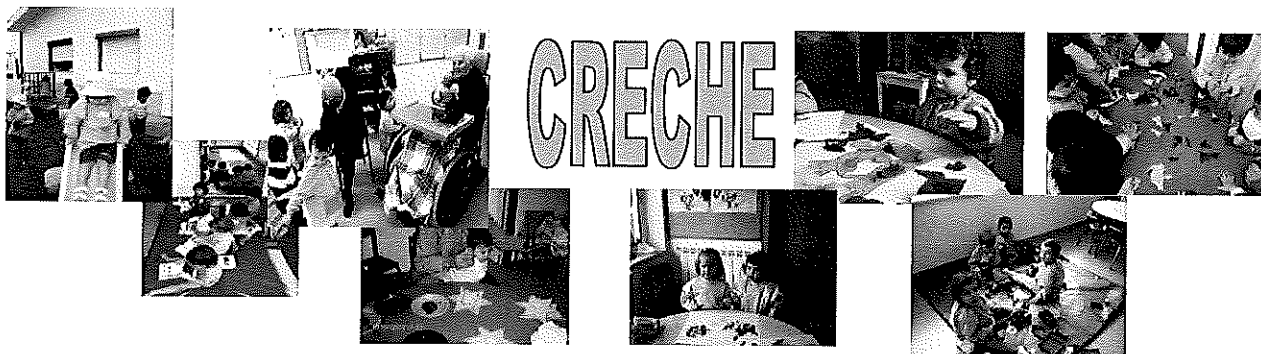
Os alimentos foram distribuídos por uma média de 76 pessoas por mês, conforme as quantidades indicadas pela Direção Geral de Saúde para cada beneficiário (criança, adolescente, adulto e idoso), não tendo sido possível satisfazer as necessidades de todos.

Meses	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
Alimentos												
Leite	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
Arroz	73	73	73	73	73	73	73	73	73	73	73	73
Massa	146	156	156	156	156	156	156	156	156	156	156	156
Cereais de milho	0	0	0	0	0	156	156	156	156	156	156	156
Queijo	73	73	73	73	73	73	73	73	73	73	74	74
Creme vegetal	0	25	24	25	25	26	26	26	26	26	0	26
Marmelada	25	25	24	25	25	26	26	26	25	25	25	25
Feijão encarnado	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Grão de bico	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Tomate pelado	25	25	25	25	25	26	26	26	26	27	27	27
Atum	0	450	900	896	448	449	449	449	449	449	449	449
Sardinha	0	0	782	782	782	783	400	400	400	400	400	400
Azeite	0	0	0	0	0	0	0	25	25	25	25	25
Frango congelado	65	65	65	65	65	65	66	66	66	66	65	65
Pescada congelada	73	73	73	73	73	73	73	73	73	73	73	73
Mistura de vegetais ultracongelada	0	0	0	438	438	438	0	0	0	0	0	0
Brócolos ultracongelados	0	0	320	160	160	160	160	160	160	320	0	160
Espinafres ultracongelados	0	0	225	225	225	225	225	225	225	225	225	225

Página:	31de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



Calendário Anual de Funcionamento

Abertura: 7h 45m

Encerramento: 18h45m

De segunda a sexta-feira

Férias

Páscoa: 26 a 29 de Março

Agosto: 1 a 21 de Agosto

Natal: 26 a 29 de Dezembro

A Creche esteve encerrada ainda no dia 22 de dezembro por ter sido concedida tolerância de ponto.

Frequência

Ao longo do ano a frequência foi de 68 crianças, assim distribuídas etariamente:

Berçário 10 crianças

Médios A – 14 crianças

Médios B – 14 crianças

Grandes A – 15 crianças

Grandes B – 15 crianças

Lista de Espera

No final do ano letivo tínhamos uma lista de espera de 66 crianças, assim distribuídas etariamente:

Crianças nascidas em 2018 - 6

Crianças nascidas em 2017 - 28

Crianças nascidas em 2016 - 15

Rotina Diária

7h 45m - 2 Ajudantes de Ação Educativa (uma de médios e outra de grandes)

8h 30m - 1 Ajudante de Ação educativa de bebés e uma Ajudante de Ação Educativa Pivot

Página:	32de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

2 Educadoras, (uma de Médios e outra de Grandes).

A Aj. de Ação educativa de bebés e a pivot levavam as crianças para o berçário.

A Aj de Ação educativa de médios ficava juntamente com a educadora de médios com os 2 grupos de médios na sala de médios A.

. A educadora de grandes juntamente com a ajudante de ação educativa de grandes levava os 2 grupos de grandes para a sala de grandes A.

9h 15m - Suplemento da manhã

Os bebés e médios tomavam o suplemento nas salas, os grandes vinham tomá-lo ao refeitório.

9.45h/10h - 1 Aj. de Ação educativa Pivot

10h - 2 Educadoras (uma de médios e outra de grandes)

10.15/30h - 3 Aj. de Ação Educativa (bebés, médios e grandes). Separação dos grupos.

11h 30m - Higiene e almoço.

12h 15m - Higiene

12h45m - Descanso.

15h - As crianças acordavam e momento de higiene.

15h 30m - Lanche

16h - Atividades livres

16.45 - Berçário - 1Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

- 1Aj. Ação Educativa pivot – até às 18.15m

- **Médios** - Juntavam-se os dois grupos de médios

- 1 educadora – até às 18h

- 1Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

- **Grandes** - 1 educadora – até às 18h

- 1Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

18h - Juntavam-se os grupos de médios e Grandes na sala de Médios A

- 1Aj. Ação Educativa de médios - até às 18.45m

- 1Aj. Ação Educativa de grandes - até às 18.45m

18h 45m – Encerramento

PROJETOS

O Projecto Educativo desenvolvido durante o ano letivo foi "No Caminho da Autonomia".

Mini - Projetos

Inverno:

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano.

Página:	33de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Carnaval:

- Elaboração de máscaras.
- Participação na festa de Carnaval dos Idosos.

Primavera:

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano.

- Dia do Pai:

- Elaboração de prendas para comemoração desta data.

- Dia da Mãe:

- Elaboração de prendas para comemoração desta data.

- Dia da Criança:

- Decoração de t-shirts para comemoração desta data.

Santos Populares:

- Comemoração do "Soão".

Verão:

- Realização de trabalhos alusivos à estação do ano.

Festa final de ano:

- Participação na festa em conjunto com Jardim de Infância e Lar de Idosos.

Outono:

- S. Martinho.
- Feira da Castanha e do Mel.
- Descamisada.

Natal:

- Decoração dos espaços.
- Festa de Natal

Dinâmica: Relação/trabalho com as famílias

- Reuniões gerais de pais
- Reuniões para avaliação individual das crianças.

Página:	34de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- Colaboração em atividades e projetos
- Entrevistas sempre que se entendeu necessário

REUNIÕES

Reuniões de Pessoal

Creche e Jardim de Infância

Assuntos: Avaliação do funcionamento do ano letivo anterior

Horários

Apelo ao respeito entre colaboradoras, pelos pais e crianças e ainda apelo à preservação da privacidade das crianças;

Distribuição do pessoal.

Reuniões de Educadoras e Animadora

Assunto: Atividades Intergeracionais para o trimestre: Outubro, Novembro e Dezembro

Reuniões de Pais

Creche

Assuntos:

Apresentação do Sr. Provedor

Apresentação de funcionárias

Leitura e análise do Regulamento Interno

Dúvidas dos Encarregados de Educação

Entrega do calendário de férias

Eleição da Comissão de Pais.

Sugestões

Creche

Assuntos – Entrega dos primeiros Planos Individuais de Desenvolvimento.

Creche e Jardim de Infância

Assuntos – Avaliação do funcionamento da Creche e Jardim de Infância.

- Projeto Educativo
- Comemoração do Natal
- Festa de Natal – dia 16 de Dezembro na Nave de Exposições.

Página:	35de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Creche

Assuntos: Entrega dos relatórios de avaliação dos primeiros Planos de Individuais e tomada de conhecimento dos segundos planos individuais.

Assuntos: Entrega dos relatórios de avaliação dos segundos Planos Individuais e tomada de conhecimento dos terceiros planos individuais.

Creche e Jardim de Infância

Assuntos: Avaliação do funcionamento da Creche e Jardim de Infância

Marchas Populares

Festa final de ano letivo

Creche

Assuntos: Entrega dos relatórios de avaliação dos Planos Individuais das crianças relativamente ao 3º trimestre do ano letivo.

Para além destas reuniões realizaram-se ainda outras reuniões, de carácter individual, com encarregados de educação de crianças que já usufruem de apoio da ELI (Equipa Local de Intervenção precoce) e também com encarregados de educação de crianças que foram sinalizadas.

Página:	36de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES



JARDIM-DE-INFÂNCIA - SÃO JOSÉ



Calendário Anual de Funcionamento

Abertura: 7h 45m

Encerramento: 18h 45m

De segunda a sexta-feira

Férias

Início do ano letivo: 1 de setembro de 2017

Férias de Natal: 26 a 29 de dezembro de 2017

Férias da Páscoa: 26 a 29 de março de 2018

Férias: 1 a 21 de agosto de 2018

O Jardim de Infância esteve encerrado ainda no dia 24 dezembro de 2017, por ter sido concedida tolerância de ponto às funcionárias.

Frequência

Ao longo deste ano letivo a frequência foi de 72 crianças, assim distribuídas etariamente:

Grupo dos 3 anos – 24 crianças

Grupo dos 4 anos – 24 crianças

Grupo dos 5 anos – 24 crianças

Lista de Espera

No final do ano letivo tínhamos uma lista de espera de 45, assim distribuídas etariamente:

Crianças nascidas em 2013 – 9

Crianças nascidas em 2012 – 43

Crianças nascidas em 2014 – 24

PROJETOS

Iniciámos este ano o projeto educativo intitulado "No caminho da autonomia".

Os projetos curriculares foram:

Página:	37de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

- 3 anos: "Lado a lado me vou construindo"
- 4 anos: "Num mundo de afetos"
- 5 anos: "Somos finalistas"

Atividades comuns aos grupos:

Inverno

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano.

Dia de Reis

- Elaboração de coroas alusivas à temática

Dia dos Namorados (considerado por nós como o Dia da Amizade)

- Elaboração de cartões comemorativos desta data

Carnaval

- Elaboração de máscaras
- Desfile de Carnaval
- Comemoração desta data em parceria com o Lar de idosos (baile de máscaras)

Primavera

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano.

Dia do Pai

- Elaboração de prendas para comemoração desta data.

Páscoa

- Elaboração de trabalhos alusivos a esta data
- Elaboração de prendas para a família
- Caça aos ovos no Museu Álvaro Viana de Lemos

Dia da Criança:

- Decoração de t-shirts para comemoração desta data;

Santos Populares

- Participação nas marchas populares com o tema: "A Lenda da Princesa Peralta".

Página:	38de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Festa final de ano

Colaboradoras e idosos - Dramatização da lenda da Princesa Peralta

- Grupos de Grandes – Canção do Panda
- Entrega dos diplomas aos grupos de grandes A e B
- 3 anos - Canção "If you love me"
- 4 anos – Canção "All together now"
- 5 anos – Canção "It's time to say goodbye to all my friends"
- 3 anos - Canção "É bom cantar"
- 4 anos – Canção "Balança sem cair"
- 3/4/5 anos – "Andorinha"

Entrega de diplomas das crianças dos 3 e 4 anos

Grupo de cantares da Santa Casa da Misericórdia da Lousã – Canções "Cinderela" e "Dia de Folga"

- 5 anos – Canção "Finalistas 2018"
- Entrega de diplomas – 5 anos
- Lanche partilhado

Dia dos Avós

- Atividade culinária coletiva comum aos 3 grupos – confeção de biscoitos para oferecer aos idosos no lanche
- Comum atividade intergeracional

Outono

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano;
- S. Martinho: magusto (em parceria com o Lar de Idosos e Creche);
- Feira da Castanha e do Mel.
- Dia das bruxas – comemoração no Museu Álvaro Viana de Lemos

Natal

- Decoração dos espaços;
- Construção da árvore de Natal (estrutura em madeira decorada com meias que as crianças trouxeram de casa).
- Festa de Natal

Saídas ao exterior da instituição e interação com a restante comunidade:

- Visitas à Oficina de Segurança
- Visitas à Biblioteca Municipal
- Visitas ao Museu Álvaro Viana de Lemos
- Visita às escolas do 1º ciclo (5 anos)

Página:	39de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Actividades Extracurriculares

Música: segunda – feira - 3 anos

Terça – feira – 4 anos

Quarta – feira – 5 anos

(estas aulas decorreram no salão e nas salas de actividades)

Inglês – Segunda – feira – 3 e 4 anos

- Sexta – feira – 5 anos

(estas aulas decorreram no salão e nas salas de actividades)

Educação Física – Segunda – feira 5 anos

- Terça – feira – 3 e 4 anos

(estas aulas decorreram no salão polivalente)

Rotina Diária

A rotina diária dos Grupos

07h45 às 9h – Abertura e acolhimento no salão (componente de apoio à família);

9h – Início das actividades,

9h15 – Suplemento alimentar (pão e leite) e higiene;

9h30 – Actividades na sala;

11h45 – Almoço;

12h 20 – Higiene;

12h45 – Dormitório;

13h às 15h – Tempo de repouso - para as crianças dos grupos dos 3 e 4 anos.

As crianças do grupo dos 5 anos continuaram em actividade letiva.

15h – Levantar e higiene;

15h30 – Actividades nas salas de actividades.

16h – Lanche;

16h30 às 17h – Conclusão de actividades inacabadas/Jogos de grupo/Brincadeiras livres;

17h às 18h45 – Brincadeiras livres e encerramento (componente de apoio à família).

18h 45m – Encerramento

Dinâmica: Relação/Trabalho com as famílias

- Reuniões de pais

- Colaboração em actividades e projetos

Página:	40de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	--------------------------------------	------	--------------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

4. REUNIÕES

4.1. Reuniões de Pessoal Creche e Jardim de Infância

Creche e Jardim de Infância

Assuntos:

- Balanço do ano anterior.
- Recomendações gerais ao funcionamento.
- Distribuição do horário de trabalho.

4.3 – Reuniões de Educadoras e Animadora

Assunto:

- Calendarização das atividades intergeracionais.
- Discussão de formas de funcionamento para dar resposta a algumas questões que vão sendo colocadas no quotidiano destas respostas (horas extraordinárias, participação na feira da castanha e mel, participação em festas organizadas pela Comissão de Pais fora do horário de funcionamento, entrega de avaliações aos pais que não comparecem nas reuniões).

4.4. Reuniões de Pais

Creche e Jardim de Infância (refeitório do Jardim de Infância)

Assuntos:

- Balanço do funcionamento de creche e jardim-de-infância.
- Uma mãe levantou a questão das viagens de final de ano letivo considerando que os transportes coletivos não estão legalmente e devidamente equipados para que estas viagens se possam fazer nas condições devidas.
- Foi apresentado o projeto educativo para o triénio 2018/2019 – “No caminho da autonomia”
- Foram também apresentados os projetos curriculares das salas dos 3, 4, e 5 anos.

Creche e Jardim de Infância (refeitório do Jardim de Infância)

Assuntos:

- Avaliação do funcionamento da creche e jardim-de-infância
- Uma mãe questionou o facto de não haver um espaço onde as crianças possam brincar no Inverno.
- Foi explicado aos pais que de acordo com a questão levantada noutra reunião – Viagens em transportes coletivos- foi pedido parecer à advogada da instituição e de acordo com este não se irão realizar mais viagens.
- Marchas – Apresentou-se a temática “Lenda da Princesa Peralta”, as condições de participação serão iguais às dos anos anteriores e ofereceram-se os pais representantes de cada grupo.

Página:	41de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

Jardim de Infância (salão polivalente)

Assuntos:

- Apresentação de funcionárias
- Leitura e análise do Regulamento Interno
- Dúvidas dos Encarregados de Educação
- Entrega do calendário de férias
- Eleição da Comissão de Pais e marcação da primeira reunião.

5.5. Reuniões de Avaliação

1ª Reunião

Assunto: Entrega de avaliações.

2ª Reunião

Assunto: Entrega das avaliações das crianças.

3ª Reunião

Entrega das avaliações das crianças.

Outras Reuniões

Também se realizaram diversas reuniões relativas a crianças sinalizadas e que usufruem de apoio da Equipa Local de Intervenção Precoce.

5. ESTÁGIOS

Os estágios que se realizaram foram da ARCIL, Escola Profissional da Lousã (2 estagiárias de cada entidade) e ainda Escola Secundária da Lousã (1 estagiária).

6. NOTAS FINAIS

Fazendo um balanço final do ano letivo 2017/2018, no que diz respeito ao trabalho pedagógico, consideramos que conseguimos realizar a grande maioria das atividades a que nos tínhamos proposto no plano de atividades. Algumas atividades programadas para fora do Jardim de Infância não se realizaram devido às condições climáticas.

Ao nível das colaboradoras houve algumas baixas médicas de curta duração.

Relativamente ao funcionamento pais e colaboradoras manifestaram contentamento.

Em suma, faço um balanço positivo de mais um ano letivo.

Página:	42de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
----------------	--------	----------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

OUTRAS ACCÇÕES

1. ACÇÕES DE FORMAÇÃO

Designação	Entidade Formadora	Nº Formandos	Duração Horas por formando	Total horas
Acupuntura, enfermagem de reabilitação/reabilitação cardíaca	Escola Superior de Enfermagem de Coimbra	1	18	18
Método HOFMAN em Geriatria	Replicar	1	8	8
Novas orientações do refeitório/ confeção de alimentação para os idosos diabéticos	SCML	19	1	19
Promoção da autonomia dos utentes	SCML	15	2	30
Estratégias adotar no levante dos utentes da "ERPI"	SCML	12	1	12
Prevenção e Controlo de Infecção	UCC-Enfª Andreia	14	2	28
Congresso Internacional de Saúde Mental	Replicar	1	7	7
Agente em Geriatria	IEFP	4	50	200
Hidratação do idoso	SCML	10	1	10
Geriatria Prática	Unidade Curricular de Geriatria da FMUC / Associação Estudo e Investigação em Geriatria e Nutrição Clínica	3	20	60
Envelhecimento + ativo e saudável	Fundação Dr. José Lourenço Júnior	1	5	5
Análise de estratégias no posicionamento no leito e orientações na alimentação / Implementação de material novo	SCML	14	1	14
VI Congresso Regional sobre Envelhecimento Ativo e Saudável	Ageing	3	8	24
Regulamento Geral Proteção de Dados	F3M	33	1	33
Procedimentos em ERPI	SCML	19	1	19
Novas orientações para o Lar e Centro de Dia	SCML	21	1	21

Total de formandos nas diversas formações	67,00
Total de horas de formação	508,00

2. PEMID (Parque de equipamento móvel para idosos e deficientes)

Continuamos a apoiar idosos e familiares com camas articuladas.

Página:	43de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	---------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ACTIVIDADES

OBRAS

As obras interiores do r/ch da ERPI (Ala 1), que se previa terminarem no primeiro trimestre de 2018, mantiveram-se durante todo o ano.

Deram-se início às obras do Bloco A (extensão de ERPI), tal como estava determinado a fim de dar cumprimento às exigências da Segurança Social.

A conservação e manutenção dos nossos edifícios, nas mais diversas áreas, foram e são uma necessidade à qual é imprescindível atender a todo o momento.

Aprovado em reunião da Mesa Administrativa de 12 de Março de 2019

A Mesa Administrativa,

Página:	44de44	Rel. Anual de Actividades	2018	Data de Elaboração:	12.03.2019
---------	--------	---------------------------	------	---------------------	------------