PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2022

www.scmlousa.pt
Email: geral@scmlousa.pt
Av. Coelho da Gama, 8
3200-200 Lousã
Contribuinte nº 500 876 983
Tel. + 351 239 991 294 / 239 993 352
Fax + 351 239 994 198

Índice

Introdução..... pág. 3

IDOSOS

Estrutura Residencial Para Pessoas..... pág. 4

Acções Gerais para o ano de 2021..... pág. 5

Acções na área da Saúde..... pág. 5

Actividades de Animação Sociocultural..... pág. 10

Formação de Colaboradores ..... pág. 16

Centro de Dia - Lousã..... pág. 17

Serviço de Apoio Domiciliário – Sede..... pág. 18

Centro de Dia – S. Miguel..... pág. 19

Serviço de Apoio Domiciliário – S. Miguel..... pág. 20

Cantinas Sociais..... pág. 21

Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas..... pág. 21

CRIANÇAS

Jardim de Infância..... pág. 22

Creche ..... pág. 25

Obras..... pág. 26

INTRODUÇÃO

A Santa Casa da Misericórdia da Lousã tem uma missão de grande exigência para o ano de 2022, atendendo ao quadro de crise sanitária, social e económica provocada pela pandemia da COVID-19, cujas consequências têm colocado à prova a resiliência de todos.

As orientações estratégicas definidas neste plano anual de atividades pretendem dar resposta às solicitações dos utentes, familiares e comunidade, procurando proporcionar atividades e encontrar meios para continuar a melhorar a qualidade dos serviços prestados nas diferentes respostas sociais.

Pretende-se ao longo do ano, a concretização dos seguintes objetivos:

- Conclusão das obras de remodelação e ampliação da cozinha;

- Conclusão das obras de adaptação do edifício situado na Av. S. Silvestre para implementação de uma ERPI - modalidade apartamentos;

- Avaliar a viabilidade de realizar a mudança provisória das instalações do Centro de Dia (Lousã), de forma a garantir a sua reabertura.

O aumento da esperança média de vida, a cada ano que passa, faz com que o envelhecimento da comunidade seja uma exigência para novas respostas, que não assentem obrigatoriamente na institucionalização. O desejável é que as pessoas fiquem nas suas casas e aqui, mais uma vez, a questão do apoio domiciliário e das novas tecnologias é fundamental.

É preciso pensar num modelo, para podermos obter um financiamento adequado, sem o qual não resulta, que proporcione mais e melhor qualidade de vida.

A Instituição propõe-se continuar a privilegiar parcerias, acordos e protocolos já existentes e a apostar na formação dos colaboradores no sentido de dinamizar as suas competências pessoais e profissionais.

Apesar da constante necessidade de adaptação e de se manterem as incertezas em relação ao dia de amanhã, através deste plano, tentamos planear o futuro e programar as nossas ações, sempre com muito trabalho, rigor, persistência e dedicação, sendo sempre uma das grandes prioridades da Instituição, a proteção dos seus utentes.

Vão ser muito difíceis os próximos anos e temos que estar preparados para as dificuldades que se avizinham, mantendo uma forte contenção na despesa e procurando criar novas receitas, tarefa muito exigente, mas fundamental para o equilíbrio financeiro desta Instituição.

Continuamos a tentar uma solução para os bens do Brasil, que pode passar pela sua venda, ou pelo aluguer dos espaços. Neste momento existem alguns contactos, para o efeito, que estão a ser tratados e analisados para uma possível concretização.

Hospital de São João com dois interessados, que vão apresentar propostas e que será escolhida a que melhor salvaguarde os interesses da Misericórdia.

ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS

- **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 65
- **CAPACIDADE:** 80
- **VAGAS CATIVAS DA SEGURANÇA SOCIAL:** 7
- **IDOSOS INSCRITOS:** 176
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Alojamento
- Alimentação adequada às necessidades dos utentes, respeitando as prescrições médicas
- Cuidados de higiene pessoal, conforto e imagem
- Tratamento de roupa
- Conforto dos espaços
- Atividades 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 atividades da vida diária
- Cuidados médicos
- 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 pode, ainda, disponibilizar outro tipo de serviços não abrangidos pela mensalidade:

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

- **ACÇÕES GERAIS PARA O ANO DE 2022**

• Continuação da remodelação dos quartos do piso do 1.º andar da ERPI (Ala 2) – candidatura realizada ao PARES 3.0;

• Aquisição de fardamento para as colaboradoras de ERPI;

• Aquisição de atoalhados;

• Continuação das obras na Extensão de Lar, de acordo com o projeto existente.

▪ ACÇÕES NA ÁREA DA SAÚDE

MÉDICO

• Prosseguir com o atendimento do Médico da Instituição, duas vezes por semana e, sempre que solicitado / necessário.

ENFERMAGEM

• Atendimento diário de Enfermagem das 8h às 20h.

• Aquisição do seguinte material:

- Carro de medicação (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Carro de pensos (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Mala de emergência completa (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Oxímetro (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Medidor de tensão arterial (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Monitor cardíaco/sinais vitais portátil (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Balança digital eletrónica (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Frigorifico com maior capacidade;
- Secretária adaptada ao gabinete médico/enfermagem e aos recursos humanos existentes;
- Computador ou portátil com acesso ao Medicine One;
- Adaptação da sala de terapêutica de acordo com as normas de climatização e armazenamento de medicamentos.

• Atividades a realizar:

- Agendamento de consultas de enfermagem programadas;
- Prosseguir com a formação contínua ministrada pelos colaboradores da área da saúde dirigida às colaboradoras;
- Realização de ações de sensibilização para os utentes subordinadas a temas relevantes da saúde;
- Realização de rastreios de hipertensão e diabetes;
- Planeamento de cuidados individualizados e adaptados à condição dos utentes;
- Gestão de material clínico;
- Supervisão dos cuidados de saúde.

NUTRICÃO E ALIMENTAÇÃO

• Prosseguir com o acompanhamento da Nutricionista.

• Atividades a realizar:

- Elaboração de ementas, de acordo com regras e capitações definidas para as várias respostas sociais existentes;

- Prestação de assistência nutricional individual, elaborando o diagnóstico nutricional, com base nos dados clínicos, bioquímicos, antropométricos e alimentares;

- Prescrição nutricional, com base no diagnóstico e estado de saúde, adequando-a à evolução do estado nutricional;

- Prescrição, planeamento, análise, supervisão e avaliação de planos alimentares terapêuticos;

- Elaboração de procedimentos técnicos a serem realizados relativos às áreas de alimentação e nutrição;

- Acompanhamento e monitorização do serviço prestado no âmbito da higiene e segurança alimentar e participação nas ações de formação desenvolvidas pela empresa da área;

- Implementação e acompanhamento de auditorias no âmbito de segurança alimentar e nutrição;

- Planeamento, organização, monitorização e avaliação da unidade de alimentação coletiva de forma a diminuir o desperdício e haja lugar à reciclagem do papel;

- Concepção de um código de boas práticas e aplicação de metodologias de segurança alimentar baseadas nos princípios do HACCP;

- Realização do controlo de qualidade dos géneros alimentícios produzidos e transportados;

- Realização de ações de formação a manipuladores de alimentos desde cozinheiros, auxiliares de cozinha e distribuidores de alimentação, nas áreas de alimentação saudável, dietas de acordo com a patologia de cada utente, procedimentos/circuitos corretos a nível de higiene e segurança alimentar, desde a recepção de alimentos até ao serviço ao utente;

- Acompanhamento dos manipuladores de alimentos, no dia a dia, nas diversas funções desempenhadas e no serviço das diversas refeições, de forma a poder "*conduzir*" os procedimentos e melhorar o serviço prestado a nível de preparação e confeção das refeições, qualidade e quantidade servida e segurança alimentar;

- Acompanhamento dos utentes durante o serviço de refeições de forma a, por um lado assistir à receptividade de cada ementa e por outro verificar a quantidade servida/ingerida de acordo com idade, patologia e condição física de cada um;

- Realização de ações de sensibilização para os utentes;

- Criação pelos utentes, especialmente os que tenham tido hábitos de trabalhar na terra e que disponham de condição física adequada, de um canteiro de ervas aromáticas de forma a incentivar a diminuição do consumo de sal;

- Criação de uma compostagem destinada a adubar as terras onde são produzidos os produtos alimentares;

- Plantação de outros produtos menos conhecidos dos utentes (crianças e idosos) de forma a diversificar a oferta; de preferência envolver os utentes, tanto crianças como idosos, nessas produções;

- Participação na gestão/organização do serviço de alimentação.

FISIOTERAPIA

• Prosseguir com o atendimento nos dias úteis de tratamentos de Fisioterapia.

• Admitir novamente um Auxiliar de Fisioterapia.

• Aquisição do seguinte material:

- Aparelho de ultra-som ou aparelho combinado (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Mesa de atividades de mãos/membros superiores (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Sistema de escadas com rampa (plano inclinado com 3 degraus) (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Marquesa elétrica/hidráulica (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Espaldar em madeira (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Espelho móvel quadriculado (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Divisórias para marquesas (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Tapete rolante com sistema de suspensão e arnês (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Pedaleira ativa/passiva (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Aparelho de pressoterapia + mangas (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Material de ajudas técnicas, nomeadamente, mesas ajustáveis (tabuleiro) para cadeirão, protetores de grades para cama geriátrica, calcanheiras, manápulas (luvas de proteção), almofadas de posicionamento para cama geriátrica (rolos, meias luas, etc.), almofadas para cadeira de rodas (base), cintos de contensão (cintos pélvicos) e cadeiras de rodas de transferência.
- Livro de fisioterapia geriátrica.

• Atividades a realizar:

- Planear e desenvolver um plano individual de cada utente, tendo em consideração a prevenção, habilitação e reabilitação, com o objetivo de manter/restaurar o máximo movimento e capacidade funcional;
- Avaliação e tratamento individualizado e adaptado à condição clínica de cada utente;
- Gestão do material de ajudas técnicas;
- Gestão do programa Medicineone;
- Retomar as sessões de hidroterapia, assim que a situação atual (pandemia) permita;
- Reiniciar sessões de grupo de fisioterapia (classe geriátrica – iniciadas em abril de 2018) - as sessões de grupo de fisioterapia serão dinamizadas através de exercícios estruturados por estações e diferenciados por patologias e capacidades;
- Iniciar sessões de fisioterapia dirigidas aos cuidadores - verifica-se que os cuidadores, formais e informais, possuem necessidades de intervenção a nível físico e motor, pela sobrecarga física do seu trabalho; será dada a oportunidade de realização de intervenções dirigidas a este público-alvo.

PSICOLOGIA

• Prosseguir com a avaliação, intervenção e acompanhamento psicológico nos dias úteis.

• Aquisição do seguinte material:

- Sistema InterativoSiosLIFE (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Cama de água musical singular (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Aparelhagem de som (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Projector portátil (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Material diverso de snozlen (Consta da candidatura ao Portugal 2020, realizada em 2018);
- Livro do passado e do presente;
- Maxi Mosaico.
- Colunas Bluetooth;
- Kit Aromoterapia;
- 1 animal de estimação de pelúcia;
- Kit estimulação sensorial;
- Jogo da memória;
- Jogo do Uno;
- Dominó dos provérbios;
- Jogo Diz-me o que viste.

• Atividades a realizar:

- Realizar avaliações psicológicas e proceder ao diagnóstico diferencial dos principais problemas clínicos;
- Efetuar acompanhamento psicológico a todos os idosos que apresentem vulnerabilidade emocional e afetiva, perturbações comportamentais, ansiosas e depressivas, e todas as situações que o justifiquem;
- Minimizar perdas cognitivas e manter/melhorar as funções cognitivas existentes, através da realização de sessões de estimulação cognitiva individual e em pequenos grupos, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;
- Realizar intervenção grupal, através de sessões de desenvolvimento psicossocial, com recurso a jogos de estimulação e a tecnologias;
- Ajudar os idosos a estarem mais próximos dos seus familiares e amigos, através do recurso à utilização de ferramentas tecnológicas;
- Incrementar a auto-estima, fomentar a autonomia e reforçar a interação social;
- Implementar uma abordagem multissensorial junto de idosos com o diagnóstico de demência ou que apresentem défices cognitivos graves, através da estimulação dos sentidos (luzes, sons, cheiros, vibrações, etc.) e prática de técnicas de relaxamento, que permite minimizar o estado de desconforto físico e dor, aliviar a tensão

emocional e agressividade, desenvolver as capacidades de comunicação e socialização e reduzir comportamentos socialmente inadequados;

- Manter a prática semanal do programa de reabilitação neuropsicológica grupal, 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 (quando for possível e segundo as normas da DGS).

ACTIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS

Na instituição, consta o plano de atividades anual, mas também o plano de atividade mensal e semanal. Este ultimo é elaborado periodicamente, de semana em semana par uma melhor gestão da instituição no que respeita a utentes, colaboradores e outros aspetos.

*"A animação de Idosos como a maneira de atuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, sendo um estimulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa."(*Jacob, 2007)

Para o ano de 2022, temos programadas as seguintes atividades que podem sofrer alterações devido a situação pandémica atual do País.

MÊS	ACTIVIDADES	DESTINATÁRIOS
JANEIRO	Comemoração do Dia de Reis - Cantar Janeiras	Utentes da instituição e colaboradores
	Trabalhos manuais: Decoração de Carnaval e Dia dos namorados	Utentes da Instituição
	Comemoração do dia do Riso – Terapia do Riso	Utentes da Instituição
FEVEREIRO	Comemoração Dia Mundial do Doente - Visita a um doente	Utentes da Instituição
	Atividade de Culinária (Dia dos Namorados)	Utentes e colaboradores da Instituição
	Comemoração dia Mundial da Rádio - Fazer uma ligação a rádio local e festejar a temática	Utentes da Instituição
MARÇO	Atelier de expressão plástica: - Decoração do espaço físico da Instituição com a temática do Carnaval e do Dia dos Namorados (realização de trabalhos pelos utentes - fatos e máscaras de Carnaval)	Utentes da Instituição
	Festa de Carnaval Atividade intergeracional	Utentes e colaboradores da Instituição
	Festa de comemoração do Dia da Mulher	Utentes e colaboradores da Instituição
	Cuida de mim – atividade de promoção da auto-estima e auto-imagem positiva (massagem, manicure, maquilhagem)	Utentes da Instituição

	Comemoração Dia Mundial da Floresta: - Cantinho da jardinagem	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia Mundial do Teatro - Dinamizar uma tarde de expressão teatral	Utentes da Instituição
ABRIL	- Atelier de expressão plástica - exposição de trabalhos elaborados pelos utentes com a temática da Páscoa; - Decoração da Instituição; - Realização de lembranças para entregar aos utentes no Dia de Páscoa	Utentes da Instituição (Lousã e Foz de Arouce)
	Comemoração Dia Mundial da Atividade Física - Dinamizar semana de atividades lúdicas e desportivas	Utentes da Instituição (Lousã e Foz de Arouce)
	Comemoração Dia Mundial da Voz - Promover tarde de convívio /cantar a Desgarrada	Utentes da Instituição
	Comemoração Dia Mundial da Dança - Aula de dança	Utentes da Instituição
MAIO	Atividades Religiosas - Vivenciar os Festejos da Nossa Senhora da Piedade	Utentes da Instituição
	Atelier de expressão plástica: -Realização de trabalhos manuais para comemoração do Dia da Mãe	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia Internacional da Família -Dinamização de atividades com família de utentes	Utentes da Instituição
JUNHO	Marchas Populares de São João	Utentes e colaboradores da Instituição
	Comemoração Dia da Espiga: - Recolha dos elementos para elaboração dos ramos tradicionais -Oferta de ramos aos utentes, colaboradores e familiares	Utentes e colaboradores da Instituição
	Passeio – Góis (a confirmar)	Utentes da Instituição
	Passeio - Nossa Senhora da Piedade (a confirmar)	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia Mundial do Ambiente - Realização de atividades de jardinagem - Trabalhos com materiais reciclados - Gincana do ambiente – jogos no exterior	Utentes da Instituição
JULHO	Passeio - Praia Fluvial de Serpins (a confirmar)	Utentes da Instituição
	Comemoração do Dia do Amigo - Cartões da amizade "Amigo secreto" - Sessão e exposição fotográfica	Utentes da Instituição
	Passeio – Praia Fluvial da Fraga – Poiares (a confirmar)	Utentes da Instituição
	Festa de Comemoração do Dia dos Avós - Atividade intergeracional	Utentes da Instituição

AGOSTO	Passeio - Praia Fluvial de Casal de Ermio (a confirmar)	Utentes da Instituição
	Atelier de expressão plástica para exposição: bonecos de pano, porta-chaves, marcadores de livros, trabalhos em crochet, lenços dos namorados	Utentes da Instituição
SETEMBRO	Passeio – Fátima (a confirmar)	Utentes da Instituição
	Atelier de expressão plástica para decoração espantalhos, Outono	Utentes da Instituição
	Verbena – Festa anual de encerramento de atividades de verão (a confirmar)	Utentes e colaboradores da Instituição
OUTUBRO	Comemoração do Dia Internacional da Pessoa Idosa – Semana dedicada ao Envelhecimento Ativo – Atividades multidisciplinares	Utentes e colaboradores da Instituição
	Descamisada Atividade intergeracional	Utentes e colaboradores da Instituição
NOVEMBRO	Matiné Dançante "Outono"	Utentes da Instituição (Lousã e Foz de Arouce)
	Atividade de Culinária – Confeção broinhas de batata e compotas	Utentes e colaboradores da Instituição
	Magusto - Atividade intergeracional	Utentes e colaboradores da Instituição
	Atelier de expressão plástica: - Pintura de presépios - Realização de trabalhos manuais alusivos ao Natal - Realização de lembranças para entrega aos utentes e colaboradores da Instituição	Utentes da Instituição (Lousã e Foz de Arouce)
DEZEMBRO	Decoração do espaço físico da Instituição	Utentes da Instituição
	Comemoração da Época Natalícia – Semana com Atividades multidisciplinares	Utentes da Instituição (Lousã e Foz de Arouce)
	Atividade de Culinária – Confeção de broinhas de Natal	Utentes e colaboradores da Instituição
	Festa de Natal Atividade Intergeracional	Utentes, familiares e colaboradores da Instituição

PLANO SEMANAL DE ATIVIDADES

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
MANHÃ	9H - INTEGRAÇÃO NAS ATIVIDADES SEMANAIS VISITA AOS UTENTES	9H - INTEGRAÇÃO NAS ATIVIDADES SEMANAIS VISITA AOS UTENTES	9H - INTEGRAÇÃO NAS ATIVIDADES SEMANAIS VISITA AOS UTENTES	9H - INTEGRAÇÃO NAS ATIVIDADES SEMANAIS VISITA AOS UTENTES	**ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS CENTRO DE DIA S. MIGUEL 9H – 12H**
		CANTINHO DA JARDINAGEM INTERIOR INSTITUIÇÃO	**ANIMAÇÃO COGNITIVA** JOGOS LUDICOS HORA: 14H LOCAL: SALA DE CONVIVIO		**ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA PELA PROFESSORA MAFALDA** HORA: 10H30M/11H45M LOCAL: SALA DE ATIVIDADES /EXTERIOR
	AJUDA NO TEMPO ORIENTAÇÃO ESPACIAL E TEMPORAL HORA: 10H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES	**EXPRESSÃO MUSICAL/GRUPO DE CANTARES** ORIENTADA PELO PROFESSOR VALTER CORREIA HORA: 10H30M11H30M LOCAL: SALA DE CONVIVIO /EXTERIOR	**ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA PELA PROFESSORA MAFALDA** HORA: 10H/11H LOCAL: SALA DE CONVIVIO /EXTERIOR	**DEAMBULAÇÃO NO EXTERIOR** HORA: 10H/11H LOCAL: EXTERIOR	**MISSA E ENCONTRO COM SR. ANTONIO JOAQUIM ULTIMA 6.FEIRA MÊS** HORA: 11H LOCAL: SALA DE CONVIVIO
	ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA PELA PROFESSORA MAFALDA HORA: 10H30M/11H30M LOCAL: SALA DE CONVIVIO /EXTERIOR			**EXPRESSÃO MUSICAL/GRUPO DE CANTARES** ORIENTADA PELO PROFESSOR VALTER CORREIA HORA: 10H30M11H30M LOCAL: SALA DE CONVIVIO /EXTERIOR	
	ATIVIDADE NO EXTERIOR SEMPRE QUE O TEMPO PERMITIR HORA: 14H/16H LOCAL: ESPAÇO EXTERIOR				
TARDE	**ATIVIDADE CUIDA DE MIM** BEM-ESTAR /HIDRATAÇÃO HORA: 14H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES	**ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS CENTRO DE DIA S. MIGUEL 14H – 16H**	**ANIMAÇÃO PLASTICA** TRABALHOS MANUAIS HORA: 14H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES	**MUSICANDO ANIMANDO O CORPO** HORA: 14H/15H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES	**VAMOS CONVERSAR ... VIDEOCHAMADA** HORA: 14H15M/16H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES/SALA DE CONVIVIO
	ANIMAÇÃO COGNITIVA JOGOS LUDICOS HORA: 14H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES		**VAMOS VER UM FILME ...** HORA: 14H/16H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES 1.ª e 3.ª Semana	**ANIMAÇÃO PLASTICA** TRABALHOS MANUAIS HORA: 15H LOCAL: SALA DE ATIVIDADES	**ACOMPANHAMENTO TELEFÓNICO UTENTES CENTRO DE DIA HORA: 14H30M/16H**
	UTENTES ACAMADOS ATIVIDADE ANIMAÇÃO COGNITIVA HORA: 16H/17H			UTENTES ACAMADOS ATIVIDADE ANIMAÇÃO COGNITIVA HORA: 16H/17H	
	3.ª,4.ª6.ª Feiras Hora: 16H/17H – Organizar material para divulgação novas tecnologias /Videochamadas				

MATERIAL A ADQUIRIR - ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS

- Animação lúdica e recreativa

  - Jogos didáticos (sequencias, tabuleiro, mosaicos, padrões de imagem)
  - Jogos de expressão plástica e de expressão verbal
  - Sistema de Terapia Computorizada RehaCom
  - Mala Neurosénior (6 atividades de desenvolvimento cognitivo)
  - Kit sénior ativo (kit aromatrapia, memórias, etc)

- Submeter a candidatura de projeto SERIOUS GAME (atividades de estimulação) para de adquirir 4 kits de atividades de estimulação AGILIDADES + 16h de formação de capacitação de equipas para utilização terapêutica das atividades no valor a confirmar anualmente.

- Educação musical/rancho sénior/dança sénior

  - 2 Sacos com instrumentos musicais
  - 2 cavaquinhos
  - Amiguinho musical

- Grupo de Teatro Sim, Senhor!

  - Microfones sem fios + Áudio Profissional
  - Colunas amplificadas
  - Material para personagens

- Atividade Física

  - 2 Bolas rugby
  - 1 Conj. bolas de petanca
  - Conj.6uns Quadrados em Borracha anti-derrapante
  - Conj.16Tiras p/ psicomotricidade de 1m
  - 10 Bolas sensorial de picos 7cm
  - 1 Kit de psicomotricidade
  - 10 Bolas de ouriço

- 2 Conj. de bandas elásticas
- 8 Cordas de saltar
- 1 Conj.pedras do rio (equilíbrio)
- 10 Par de raquetes
- 1 Boccia
- 20 Bolas anti stress
- 12 Bolas tipo piscina
- 24 Bolas de pingpong

FORMAÇÃO DE COLABORADORES

Realização de ações de formação e informação (dando preferência por tele formação enquanto as medidas impostas pela DGS do COVID 19 estiverem em vigor), nas seguintes áreas:

- Primeiros Socorros;
- Boas práticas - COVID-19;
- Área da segurança e proteção contra incêndios;
- Higiene saúde e segurança alimentar;
- Ambiente, segurança, higiene e saúde no trabalho;
- Luto, conceptualizar e intervir;
- Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade;
- Prática em contexto de trabalho, ministrada pela Equipa de Saúde da SCML;
- Cuidados básicos aos idosos;
- Agente em Geriatria;
- Auxiliar de Ação Educativa;
- Ergonomia;
- Segurança na Utilização de Motosserras e Motorroçadoras
- Gestão do stress laboral;
- Gestão de conflitos.

CENTRO DE DIA - LOUSÃ

▪ **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 45

▪ **IDOSOS A ATENDER:** 45

▪ **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** O Centro de Dia funciona 7 dias por semana, entre as 9h e as 17h30, podendo ser alargado a outros períodos (caso os utentes jantem na Instituição).

▪ **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, comunitárias, de motricidade e de estimulação cognitiva
- Alimentação (nomeadamente almoço, lanche, jantar)
- 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 serviço
- Apoio na saúde
- Acompanhamento social
- Psicologia
- Enfermagem / Fisioterapia
- Hidroterapia

▪ **MEDIDAS PARA 2022**

- Reabertura desta resposta social, de acordo com as normas emitidas pela DGS;
- No decorrer do ano, e caso seja possível, propomos:
  - Implementação da atividade "Danças de Salão";
  - Implementação da atividade "Zumba";
  - Assegurar o transporte de utentes após o jantar na Instituição;
  - Criar consultas de enfermagem programadas para os utentes de Centro de Dia;
  - Acompanhamento a consultas médicas na Lousã, em viatura da instituição.

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO - SEDE

▪ **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 60

▪ **IDOSOS ATENDER:** 60

▪ **IDOSOS INSCRITOS:** 0

▪ **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** Todos os dias, incluindo feriados e fins-de-semana. De Segunda a Sexta-feira, das 8h às 18h. Aos fins-de-semana e feriados, das 8h às 14h.

▪ **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- 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:
  - Acompanhamento social;
  - Acompanhamento psicológico no domicílio;
  - Atividades socioculturais;
  - Aquisição de bens e géneros alimentícios;
  - Pagamento de serviços;
  - Socialização e supervisão de preparação de medicação;
  - Socialização e supervisão de toma de medicação;
  - Deslocação a entidades da comunidade;
- Transporte;
- Cuidados de imagem (na Sede da Instituição);
- Enfermagem / Fisioterapia (na Sede da Instituição).

▪ **MEDIDAS PARA 2022**

- Aquisição/renovação de material para acondicionamento de refeições;
- Aquisição de um tablet para estimulação cognitiva no domicílio (comum às respostas sociais de SAD Sede, SAD S. Miguel e Centro de Dia S. Miguel);
- Implementação de atividades ocupacionais no domicílio;
- Implementação do serviço de enfermagem aos utentes de Serviço de Apoio Domiciliário;
- Acompanhamento a consultas médicas na Lousã, em viatura da instituição;
- Alargamento de horário de atendimento nos dias úteis;

CENTRO DE DIA S. MIGUEL

- **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 15
- **IDOSOS A ATENDER: 12**
- **IDOSOS INSCRITOS:** 0
- **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** Dias úteis, das 9h às 17h30
- **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, comunitárias, de motricidade e de estimulação cognitiva;
- Alimentação;
- Cuidados de higiene pessoal e imagem;
- Tratamento de roupa, de uso pessoal do utente;
- Transporte;
- Apoio nas atividades de vida diária e na aquisição de bens e serviços;
- Apoio na saúde;
- Acompanhamento a consultas / Exames complementares de diagnóstico na Lousã, em viatura da instituição;
- Acompanhamento social;
- Psicologia;
- Cuidados de imagem (na Sede da Instituição);
- Enfermagem / Fisioterapia (na Sede da Instituição).

- **MEDIDAS PARA 2022**

- Aquisição de um tablet para estimulação cognitiva no domicílio (comum às respostas sociais de SAD Sede, SAD S. Miguel e Centro de Dia S. Miguel);
- Conservação e manutenção das instalações do Centro de Dia.
- Implementação do serviço de enfermagem no Centro de Dia.
- Aquisição do seguinte material para atividades socioculturais:
  - Jogos didáticos (sequências, tabuleiro, mosaicos, padrões de imagem);
  - 1 Sacos com instrumentos musicais;
  - 1 Kit de psicomotricidade;
  - 15 bolas;
  - 1 radio com Bluetooth;

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO - S. MIGUEL

▪ **IDOSOS COM ACORDO DE COOPERAÇÃO:** 20

▪ **IDOSOS A ATENDER:** 18

▪ **IDOSOS INSCRITOS:** 0

▪ **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:** De Segunda a Sexta-feira, das 8h30 às 17h. Aos Sábados e feriados das 10h às 14h.

▪ **SERVIÇOS A PRESTAR E ACTIVIDADES A DESENVOLVER:**

- 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:
  - Acompanhamento social;
  - Acompanhamento psicológico no domicílio;
  - Atividades socioculturais;
  - Aquisição de bens e géneros alimentícios;
  - Pagamento de serviços;
  - Socialização e supervisão de preparação de medicação;
  - Socialização e supervisão de toma de medicação;
  - Deslocação a entidades da comunidade;
- Transporte;
- Acompanhamento a consultas / Exames complementares de diagnóstico na Lousã, em viatura da instituição;
- Cuidados de imagem (na Sede da Instituição);
- Enfermagem / Fisioterapia (na Sede da Instituição);

▪ **MEDIDAS PARA 2022**

- Aquisição/renovação de material para acondicionamento de refeições;
- Aquisição de um tablet para estimulação cognitiva no domicílio (comum às respostas sociais de SAD Sede, SAD S. Miguel e Centro de Dia S. Miguel);
- Implementação de atividades ocupacionais no domicílio;
- Alargamento da prestação dos cuidados de higiene ao sábado e feriados;
- Alargamento do atendimento ao domingo e do horário de funcionamento ao sábado.

CANTINAS SOCIAIS

▪ Nº REFEIÇÕES COM ACORDO DE COOPERAÇÃO: 9/DIA

Foi elaborada uma adenda ao protocolo de colaboração no âmbito da convenção da Rede Solidária de Cantinas Sociais, em 12 de Outubro de 2018, que propõe até ao final do ano de 2018, a redução significativa do n.º de refeições contratualizadas inicialmente previstas.

Atualmente prevê-se a continuidade do fornecimento de 9 refeições diárias, esta resposta social irá ter continuidade no ano de 2022, pressupondo uma avaliação objetiva das condições dos agregados familiares sobre os quais subsistam situações de carência alimentar associada à ausência de condições para a confeção de alimentos.

PROGRAMA OPERACIONAL DE APOIO ÀS PESSOAS MAIS CARENCIADAS

▪ Nº DE BENEFICIÁRIOS: 146

Em 2022 encontrar-se-á em vigor o Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas (2ª fase), o qual pretende ser 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.

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 das políticas públicas existentes.

Este Programa apresenta uma ótica de complementaridade com a resposta de Cantinas Sociais, na promoção da cobertura das necessidades alimentares do público-alvo.

JARDIM DE INFÂNCIA

1. Horário de Funcionamento

O Jardim de Infância funciona das 7h 45m às 18h 45m.

1.1. Frequência

3 Anos – 24
4 Anos – 22
5 Anos – 24

1.2. Lista de espera

Crianças nascidas em 2018 - 22
Crianças nascidas em 2017 – 36
Crianças nascidas em 2016 – 34

2. PROJETO EDUCATIVO "Sustentável Hoje, Equilíbrio Amanhã"

A implementação do Projeto "Sustentável Hoje Equilíbrio Amanhã", para o triénio 2020-2023, pretende sensibilizar a população, em particular os mais novos, despertar consciências e alertar para comportamentos menos corretos no que diz respeito ao meio ambiente. Já desenvolvemos esta temática outrora mas consideramos que é um projeto sempre atual e, cada vez mais, de extrema importância. Será importante e precioso na educação de valores positivos e responsáveis, proporcionando uma educação de conhecimento, de modo a que estas crianças cresçam como indivíduos responsáveis, solidários e respeitadores do meio ambiente. Continuamos a acreditar que esta temática, relacionada com a educação ambiental será sempre uma mais-valia para as nossas crianças e instituição. Torna-se cada vez mais urgente formar cidadãos capazes de tomar decisões informadas, que assumam responsabilidade social e ambiental e que até possam mudar comportamentos desadequados no seu seio familiar.

Esta temática tem assumido grande importância nas sociedades atuais de modo que temos vindo a ser constantemente alertados, pelos meios de comunicação social, para a urgência na mudança dos nossos comportamentos.

2.1 Objetivos

- Desenvolver ações no âmbito da Educação Ambiental
- A formação integral dos nossos alunos e a criação de competências para o exercício da cidadania e para uma vida mais sustentável.

3. PLANO DE ATIVIDADES

Este ano temos como objetivo a implementação de um projeto no âmbito das brincadeiras na natureza.

MÊS	ATIVIDADES ANUAIS	ATIVIDADES DE CALENDÁRIO
JANEIRO	Atividades desenvolvidas durante o ano: - Tempo de atividades livres; - Expressão motora (circuitos de motricidade, danças, jogos); - Expressão musical (ouvir música, cantar, explorar instrumentos musicais); - Expressão plástica (pinturas, digitinta, estampagem, modelagem); - Expressão e comunicação (contar histórias, conversas) - Conhecimento do mundo (passeios pelo exterior; participação em atividades culturais; interação com a comunidade envolvente; atividades intergeracionais) - Festa Final de Ano - Verbena	- Atividades alusivas à estação do ano: Inverno - Dia de Reis
FEVEREIRO		- Dia da Amizade - Carnaval
MARÇO		- Elaboração de uma prenda para oferecer no dia do Pai - Atividades alusivas à estação do ano: Primavera
ABRIL		- Elaboração de um trabalho alusivo à Páscoa
MAIO		- Elaboração de uma prenda para oferecer no dia do Mãe - Elaboração da Prenda dia da Criança
JUNHO		- Comemoração do Dia da Criança - Marchas de S. João
JULHO		- Atividades alusivas à estação do ano: Verão - Dia dos Avós
SETEMBRO		- Atividades alusivas à estação do ano: Outono

OUTUBRO	- Magusto - Atividades relacionadas com o Projeto Educativo - Visualização de teatros - Visitas à Biblioteca Municipal **Nota:** Estas atividades poder-se-ão não se realizar ou realizar- se de forma diferente da habitual, devido a situação pandémica que atravessamos (COVID-19).	- Descamisada - Atividades alusivas à estação do ano: Outono
NOVEMBRO		- Magusto - Feira do Mel e da Castanha: apresentação de um trabalho plástico
DEZEMBRO		- Montagem do Presépio e decoração da árvore de Natal -Elaboração de trabalhos alusivos à época - Festa de Natal

3.1. ATIVIDADES EXTRA-CURRICULARES

- **Expressão Motora**

Segunda-feira – 3 anos
Quarta-feira – 5 anos
Sexta-feira – 4 anos

- **Expressão Musical**

Terça-feira – 3 anos
Quinta-feira – 3 e 5 anos

- **Inglês**

Segunda-feira – 4 anos
Quarta-feira – 3 anos
Quinta-feira – 5 anos

As atividades extracurriculares já se iniciaram (Educação Física, Expressão Musical e Inglês)

4. Propostas

Aquisição de material didático para todas as salas
Aquisição de material de desgaste
Vedação da área destinada à implementação do projeto "Brincadeiras na Natureza"

CRECHE

1. Horário de Funcionamento

A Creche funciona das 7h 45m às 18h 45m.

1.2 Frequência

Bebés - 10

Médios: 24

Grandes: 28

1.3 Crianças em Lista de Espera

Crianças nascidas em 2021 - 23

Crianças nascidas em 2020 – 18

Crianças nascidas em 2019 – 6

2. PROJECTO EDUCATIVO "Sustentável hoje, equilíbrio amanhã"

A implementação do Projeto "Sustentável Hoje Equilíbrio Amanhã", para o triénio 2020-2023, pretende sensibilizar a população, em particular os mais novos, despertar consciências e alertar para comportamentos menos corretos no que diz respeito ao meio ambiente. Já desenvolvemos esta temática outrora mas consideramos que é um projeto sempre atual e, cada vez mais, de extrema importância. Será importante e precioso na educação de valores positivos e responsáveis, proporcionando uma educação de conhecimento, de modo a que estas crianças cresçam como indivíduos responsáveis, solidários e respeitadores do meio ambiente.
Continuamos a acreditar que esta temática, relacionada com a educação ambiental será sempre uma mais-valia para as nossas crianças e instituição. Torna-se cada vez mais urgente formar cidadãos capazes de tomar decisões informadas, que assumam responsabilidade social e ambiental e que até possam mudar comportamentos desadequados no seu seio familiar.
Esta temática tem assumido grande importância nas sociedades atuais de modo que temos vindo a ser constantemente alertados, pelos meios de comunicação social, para a urgência na mudança dos nossos comportamentos.

2.1 Objetivos

- Desenvolver ações no âmbito da Educação Ambiental
- A formação integral dos nossos alunos e a criação de competências para o exercício da cidadania e para uma vida mais sustentável.

3 . Propostas

Substituição das janelas do berçário (ainda são de madeira), por alumínio.
Substituição do relvado do parque infantil: piso sintético, por baixo dos aparelhos e pavé na restante área.
Aquisição de material pedagógico para as 5 salas de atividades.

OBRAS

- ✓ Substituição do telhado da ERPI.
- ✓ Manutenção e conservação de todos os edifícios.
- ✓ Dotar a Sala de Convívio da ERPI com ar condicionado.
- ✓ Remodelação do parque infantil da Creche.
- ✓ Substituição das janelas em madeira da Creche, por outras em alumínio.
- ✓ Remodelação da parte antiga do piso 1 da ERPI, candidatura ao programa PARES III.

Aprovado em reunião da Mesa Administrativa de 22.11.2021

A MESA ADMINISTRATIVA,