

RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES 2023



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

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.10
Serviço de Apoio Domiciliário – Foz de Arouce.....	pág.12
Atividades Socioculturais	pág.14
Psicologia.....	pág.19
Fisioterapia.....	pág.22
Enfermagem.....	pág.25
Cantinas Sociais.....	pág.27
Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas.....	pág.29
Creche.....	pág.31
Jardim de Infância São José.....	pág.35
Outras Ações.....	pág.38
Obras.....	pág.39



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

INTRODUÇÃO

2023 foi um ano deveras difícil, em todos os aspetos, repleto de incertezas, que teimam continuar nos próximos anos, em que o futuro é uma incógnita, com previsão de recuperação muito preocupante para o sector social, que atravessa uma crise financeira sem precedentes.

A Instituição sempre teve a capacidade de se reorganizar e agir localmente para superar os objetivos a que se tinha proposto, o que se torna cada vez mais difícil.

A Instituição enfrentou e ultrapassou vários desafios, continuando sempre a apostar na otimização das atividades de cada resposta social, numa lógica de racionalização de recursos, primando sempre pela qualidade dos serviços, conforto e bem-estar dos utentes.

A Instituição sempre foi resiliente, e acreditamos que a sua força reside na sua capacidade de compreender a sociedade que a rodeia e saber ser útil para as pessoas da nossa comunidade, mas o Governo tem que se capacitar e abrir os cordões á bolsa, apoiando com 50% do custo real do utente, em todas as respostas sociais, caso contrário muitas instituições ficarão pelo caminho, o que já se verifica

Estamos perante um momento de cautela e de contenção, com o qual não queremos colocar em risco a nossa atividade, mas em simultâneo continuar a dar resposta a novos desafios. É uma constante aprendizagem para superar a nossa ação diária.

No que concerne à concretização das prioridades estabelecidas para o ano de 2023, importa lembrar que as mesmas assentavam em objetivos de sustentabilidade financeira, melhoria contínua, inovação e modernização dos equipamentos sociais, assim como de rentabilização do património, o que não foi concretizado na sua totalidade devido a escassez de recursos financeiros.

Confrontados com elevada inflação, subida drástica dos preços dos produtos alimentares, gás, energia elétrica, água, combustíveis, atualização do salário mínimo nacional que obrigou a retificação de outros vencimentos, ocasionando uma situação financeira deveras preocupante.

Realçar o profissionalismo, trabalho, dedicação e zelo dos nossos colaboradoras/es que muito contribuíram para o desenvolvimento e progresso da Instituição, cumprindo com as tarefas que lhes são atribuídas.

O processo do património do Brasil a decorrer, mas muito lentamente, esperamos que no futuro seja uma mais valia para a Instituição, surgindo um investidor interessado, que prometeu avançar com uma proposta.

O Hospital de S. João foi vendido á ADFP, gorando-se a hipótese de aluguer, intensão que sempre procuramos.

Página:	3 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------

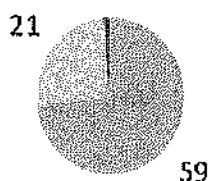


RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS (ERPI)

- Capacidade da resposta social – 80 utentes
- Número de utentes em Vagas com Acordo de Cooperação – 65
- Número de utentes em Vagas extra Acordo de Cooperação – 15
- Número de lugares por tipologia de quarto:
 - Individual – 2
 - Duplo – 40
 - Triplo – 38
- Número de utentes atendidos – 80 utentes (22 do sexo masculino e 58 do sexo feminino)
- Número de idosos inscritos – 177
- Número de utentes admitidos em 2023 – 21 (9 do sexo masculino e 12 do sexo feminino). Dos 21 utentes admitidos, 10 residiam sozinhos e 11 acompanhados.
- Idades – As idades dos utentes oscilam entre os 53 e os 102 anos.
- Autonomia – A grande maioria dos utentes (73%) são dependentes em grau moderado a elevado em todas as atividades de vida diária.



- Ajuda total
- Ajuda parcial
- Independente com orientação e supervisão



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

▪ **Média de idades** – A média de idades dos utentes é de 84 anos. A maior incidência situa-se no grupo etário dos 80 aos 84 anos, com 20 utentes; destaca-se também o grupo dos 90 aos 94 anos, com 17 utentes e o grupo etário dos 85 aos 89 anos, com 16 utentes.

▪ **Tempo de permanência na resposta social** – A maioria dos utentes (14) frequenta esta resposta social entre 1 e 2 anos.

▪ **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
- 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 preparação e 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:

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

Página:	5 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



- **Capacidade da resposta social** – 45 utentes
- **Número de utentes em Vagas com Acordo de Cooperação** – 37
- **Número de utentes atendidos** – 37 (8 do sexo masculino e 29 do sexo feminino).
- **Número de utentes admitidos em 2023** – 26
- **Idades** – As idades dos utentes de Centro de Dia oscilam entre os 54 e os 95 anos.
- **Média de Idades** – A média de idades dos utentes é de 79 anos, verificando-se uma maior incidência na faixa etária dos 80 aos 84 anos, com 14 utentes.
- **Autonomia** – A grande maioria dos utentes (73%) são dependentes em grau reduzido a moderado em todas as atividades de vida diária.
- **Grau de isolamento** – Dos 37 utentes integrados nesta resposta social, 21 vivem sós e 16 acompanhados.
- **Tempo de permanência na resposta social** – A maioria dos utentes (12) frequenta esta resposta social entre 6 meses e 1 ano.
- **Funcionamento** – Desde 10 de janeiro de 2022, e ao abrigo do Decreto-Lei 6 - E / 2021 de 15 de janeiro, esta resposta social encontra-se a funcionar de forma transitória nas instalações da Escola Básica das Levegadas, as quais foram cedidas temporariamente pela autarquia da Lousã.

Página:	6 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

▪ **Horário** – O Centro de Dia funciona 5 dias por semana (de segunda a sexta-feira), entre as 8h30 e as 18h.

▪ **Serviços prestados**

Serviços básicos

▪ Atividades socioculturais, lúdico-recreativas, comunitárias, de motricidade e de estimulação cognitiva, nomeadamente:

- Sessões de atividades físicas
- Sessões de expressão musical
- Rancho sénior
- Oficina de teatro
- Passeios
- Atividades intergeracionais
- Colónia de férias
- Intercâmbios Institucionais
- Alimentação, nomeadamente:
 - Almoço e lanche
- Cuidados de higiene pessoal
- Tratamento de roupa

Serviços complementares

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

Página:	7 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

SERVIÇO 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** – 0
- **Número de idosos admitidos** – 23 (7 do sexo masculino e 16 do sexo feminino)
- **Idades** – As idades dos utentes variaram entre os 47 e os 97 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 88 anos. As idades dos utentes variaram entre os 47 e os 97 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 na faixa etária dos 80 aos 84, com 15 utentes.
- **Grau de isolamento** – Dos 60 utentes atendidos, 47 viviam acompanhados e 13 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
 - Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio
 - Psicologia

Página:	8 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

- **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.
- **Viaturas** – 6
- **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou 7 dias por semana das 8h às 18h.

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO



As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de SAD, no ano de 2023, 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.

Página:	9 de 40	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	---------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



CENTRO DE DIA S. MIGUEL - FOZ DE AROUCE



- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 15
- **Capacidade da resposta social** – 15 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 15 (14 do sexo feminino e 1 sexo masculino)
- **Número de idosos inscritos** – 0
- **Número de idosos admitidos** – 3
- **Idades**– As idades dos utentes de Centro de Dia oscilaram entre os 77 e os 90 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 83 anos. Verificou-se uma maior incidência na faixa etária dos 75-79 anos com 4 utentes e na faixa etária dos 80-84 anos com 4 utentes.
- **Graus de isolamento** – Dos 15 utentes atendidos em Centro de Dia, 5 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
 - Passeios
 - 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

Página:	10 de 40	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

- Apoio na saúde
- Acompanhamento social
- Psicologia
- Enfermagem

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

ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA EM CENTRO DE DIA



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

Página:	11 de 40	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO S.MIGUEL - FOZ DE AROUCE



- **Número de idosos com Acordo de Cooperação** – 20
- **Capacidade da resposta social** – 20 utentes
- **Número de idosos atendidos** – 20 (5 do sexo masculino e 15 do sexo feminino).
- **Número de idosos inscritos** – 0
- **Número de idosos admitidos** – 6 (2 do sexo masculino e 4 do sexo feminino).
- **Idades** – As idades dos utentes variaram entre os 59 e os 91 anos.
- **Média de idades** – A média de idades foi de 77 anos. A maior incidência de utentes registou-se na faixa etária dos 85 aos 89 anos, com 5 utentes.
- **Grau de isolamento** – Dos 20 utentes atendidos, 15 viviam acompanhados e 5 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
 - 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
 - Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio
 - Psicologia

Página:	12 de 40	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA INDIVIDUAL EM DOMICÍLIO

As atividades concretizadas pela psicóloga em contexto de SAD, no ano de 2023, 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;
- **Auxílio na realização de atividades de vida diária instrumentais**, tais como compras, ler, escrever, utilizar o telefone, organizar a medicação, arrumar, etc.

▪ **Viaturas** – 2

▪ **Funcionamento** – Esta resposta social funcionou 6 dias por semana. Nos dias úteis, das 8h às 17h, sábados e feriados das 8H às 17h.

Página:	13 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS



No decorrer do ano 2023, as atividades programadas em plano de atividades foram sendo dinamizadas retomando conforme as alterações as medidas surgiam.

O plano de atividades foi elaborado para atuar com os utentes das Respostas Sociais: Estrutura Residencial para Pessoas Idosas e Centro de Dia de Lousã e Foz de Arouce.

A resposta social de Centro de Dia de Lousã e Foz de Arouce, a animadora cultural desenvolveu atividades duas vezes por semana, ficando os outros dias ocupados com atividades da área de expressão musical e corporal.

No decorrer das atividades, a animadora cultural manteve a responsabilidade de gestão e divulgação nas redes sociais (facebook e site da Instituição) de forma a manter a família informada sobre as atividades realizadas a instituição.

RESPOSTA SOCIAL	DIA DA SEMANA	HORA	LOCAL
CENTRO DE DIA DA LOUSÃ LEVEGADAS	5.ª Feira	9h 16h	Sala de atividades Exterior
CENTRO DE DIA DE S. MIGUEL FOZ DE AROUCE	3.ª Feira 6.ª Feira	9h 12h	Sala de atividades Exterior



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

ATIVIDADES BÁSICAS REALIZADAS (periodicidade semanal):

ATIVIDADE FISICA – Orientada pelo Prof. João David (até Setembro 2023)

RESPOSTA SOCIAL	DIA DA SEMANA	HORA	LOCAL
ERPI	2ª Feira - 1.º Grupo 6ª Feira - 2.º Grupo	10h/11h 10h/11h	Sala de convívio ERPI Sala de atividades
CENTRO DE DIA DA LOUSÃ LEVEGADAS	3. Feira	10h30m 11h15m	Sala de atividades Exterior
CENTRO DE DIA DE S. MIGUEL FOZ DE AROUCE	5. Feira	10h30m 11h30m	Sala de atividades Exterior

ATIVIDADE FISICA – Orientada pelo Prof. Diogo Mingachos (desde Outubro de 2023)

RESPOSTA SOCIAL	DIA DA SEMANA	HORA	LOCAL
ERPI	2ª Feira 1.º Grupo 5ª Feira 2.º Grupo	10h30M/11h30M 10h30M/11h30M	Sala de convívio ERPI/Exterior Sala de atividades Exterior
CENTRO DE DIA DA LOUSÃ LEVEGADAS	3. Feira 6. Feira	10h30m 11h30m	Sala de atividades Exterior
CENTRO DE DIA DE S. MIGUEL FOZ DE AROUCE	4. Feira	10h30m 11h30m	Sala de atividades Exterior



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

ACADEMIA DE MUSICA DE COIMBRA (POLO LOUSÃ)

– Orientada pelos Prof. João Francisco nos Centros de Dia e a Professora Maria João na Estrutura Residencial para pessoas idosas

RESPOSTA SOCIAL	DIA DA SEMANA	HORA	LOCAL
ERPI	3ª Feira		
	1.º Grupo	10h/10h45m	Sala de atividades/sala de convívio
	2.º Grupo	10h45/11h15	
CENTRO DE DIA DA LOUSÃ LEVEGADAS	5. Feira	10h30m	Sala de atividades/convívio Exterior
CENTRO DE DIA DE S. MIGUEL FOZ DE AROUCE	6. Feira	10h30m	Sala de convívio

TEATRO SIM SENHORI – (temporariamente sem horário)

Local: Sala de atividades /Exterior

Na **animação física e motora** contemplam-se vários tipos de atividade, caminhadas no interior e exterior da instituição, que promoveram a saúde tentando diminuir o sedentarismo, desenvolver a força muscular, equilíbrio e outros.

Na **animação cognitiva, mental e sensorial** foram realizados jogos de estimulação cognitiva permitindo o aumento de atividade cerebral. A atividade foi desenvolvida através de ateliers de animação cognitiva (individuais ou em grupo), tais como, ajuda no tempo (orientação espacial e temporal), jogos de memória, sopa de letras, puzzles, jardinagem, jogos de mesa e outros.

Na **animação através da expressão plástica** foram realizados alguns trabalhos manuais temáticos que proporcionaram aos utentes a possibilidade de retomar as atividades que tanto gostam de realizar.

Na **animação através da comunicação** foi possível realizar atividades internas com recurso a material audiovisual, nas quais, destacamos a musicoterapia, dança sénior e outros.

Na **animação através do desenvolvimento pessoal e social** contemplamos várias atividades ao nível das dinâmicas de grupo, acesso a informação através de videochamadas, promovendo o acesso a novas tecnologias. Foi realizada uma vez por semana videochamadas através de suportes informáticos tentando culmar a ausência física dos familiares dos utentes.

Página:	16 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Na **animação lúdica, cultural e recreativa**, área de intervenção onde desenvolvemos atividades de lazer, onde cada utente, pode dar asas a sua imaginação e criatividade através das várias formas de expressão e comunicação, transmitindo os seus sentimentos e emoções.

Na **animação comunitária** foram realizadas atividades de convívio com instituições, tais como atividades intergeracionais, convívio intergeracionais com estabelecimentos de ensino.

As **atividades rotineiras**, atividades que se realizaram diariamente e calendarizadas no plano semanal da instituição, tais como, "cuida de mim", "ajuda no tempo", "cantinho da jardinagem", ateliers de expressão corporal e musical, entre outros.

As **atividades comemorativas**, atividades que se realizaram de forma a comemorar datas e eventos planificados no plano anual, dias festivos comemorados, épocas festivas comemoradas, comemoração de 100º e 101º aniversários de utentes de E.R.P.I e de Centro de Dia da Lousã.

Realizamos os passeios aos seguintes locais :Tocha, Góis e por fim a Fátima.

As **atividades extra**, atividades que surgem fora do plano anual elaborado, tendo em conta propostas extras que visam dar resposta as necessidades do utentes.

Foram realizados intercâmbios institucionais, em parceria técnica, de forma presencial com as seguintes instituições:

ACTIVAR – Associação de Cooperação da Lousã

Agrupamento de Escolas da Lousã

Escola EB 1 da Lousã

Escola EB 2 da Lousã

Missão Pais – Voluntariado Universitário – Unidade Pastoral da Lousã

Irmandade Nossa Senhora da Piedade

Câmara Municipal da Lousã – Dia dos Avós, Magusto e atividades intergeracionais

Ginástica sénior – "Lousã a Mexer Mais" da C.M. Lousã

GPL – Associação Cultural do Grupo de Concertinas da Lousã

Paróquia da Lousã – Eucaristia e Encontro mensal com Padre António Domingues

STATUS – Escola Profissional da Lousã

União de Freguesias de Foz de Arouce e Casal de Ermio

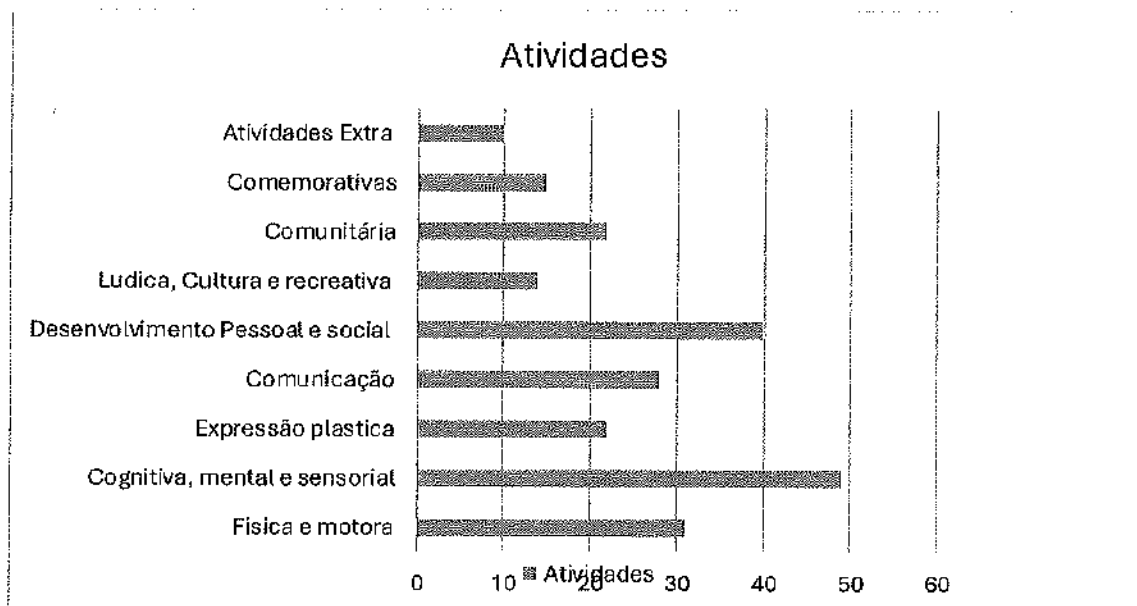
Academia de Música de Coimbra – Polo Lousã

Página:	17 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Estágio Técnico Superior Profissional em Gerontologia da Escola Superior de Saúde Politécnico de Leiria.



Quadro 1- Referente a atividades realizadas anualmente



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO, ESTIMULAÇÃO COGNITIVA/ SENSORIAL e SESSÕES DE GRUPO DESENVOLVIMENTO

As atividades realizadas pela psicóloga em contexto de **ERPI** e **Centro de Dia** foram as seguintes:

- **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, melhoria da sensação de bem-estar, alívio da sintomatologia ou até resolução de algum conflito interior de foro emocional, compreensão mais completa de si e das suas características;
- **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;
- **Sessões de grupo de desenvolvimento psicossocial**, com objetivo de estabelecer relacionamentos interpessoais, treinar as capacidades cognitivas (atenção, concentração, memória), prevenção do declínio das mesmas, adaptação a novas situações e desempenhos e treino da tomada de decisão individual e em grupo;

Principais patologias a nível da saúde mental dos utentes de ERPI em 2023:

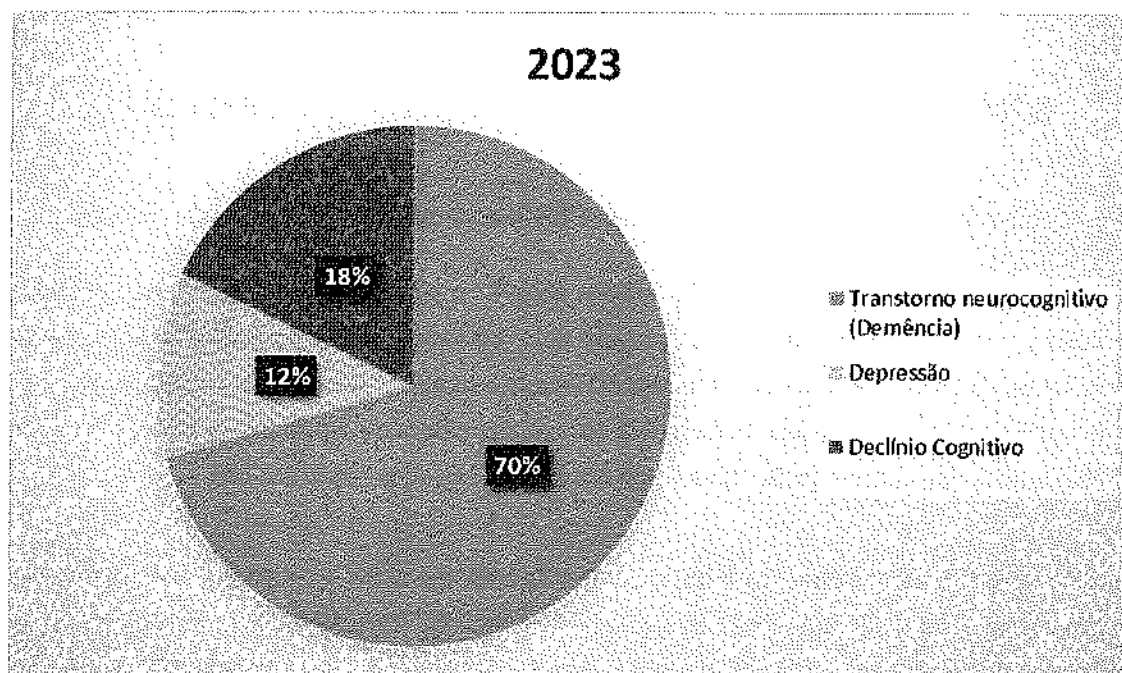
- Transtornos Neurocognitivos Leves, Moderados e Graves (Demência) – 55 utentes

Página:	19 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

- Depressão Ligeira, Moderada e Grave – 9 utentes
- Declínios a nível cognitivo a nível da memória, atenção, cálculo, habilidade construtiva e linguagem – 14 utentes

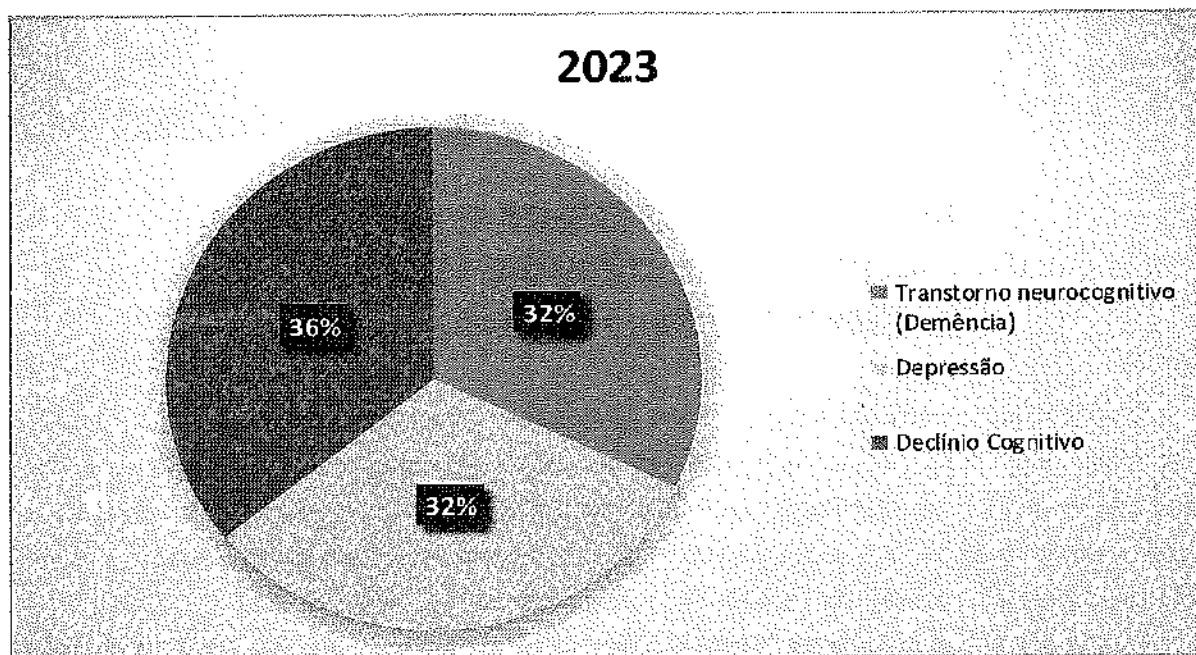


Principais patologias a nível da saúde mental dos utentes de Centro de dia em 2023:

- Transtornos Neurocognitivos Leves, Moderados e Graves (Demência) – 9 utentes
- Depressão Ligeira, Moderada e Grave – 9 utentes
- Declínios a nível cognitivo a nível da memória, atenção, cálculo, habilidade construtiva e linguagem – 10 utentes



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



Todos os utentes admitidos ERPI e Centro de Dia são avaliados através de instrumentos de avaliação como: Minimal State Examination (MMS), Montreal Cognitive Assessment (MOCA), Escala de Depressão Geriátrica e Escala de Avaliação de Demência (CDR), com base nesses resultados em concordância com relatórios médicos e história de vida de cada utente elabora-se um diagnóstico e é traçado um plano individual de trabalho com vista ao tratamento e retardamento da diminuição das capacidades cognitivas, bem como, uma melhoria geral do estado mental do utente.



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



FISIOTERAPIA



REABILITAÇÃO FÍSICA E MOTORA CONSULTAS DE FISIOTERAPIA HIDROTERAPIA / HIDROGINÁSTICA

A fisioterapia, no seu exercício profissional, goza de plena liberdade e autonomia para praticar os atos próprios da profissão, como uma profissão de saúde, é responsável por avaliar, planejar e implementar programas de reabilitação (individual ou em grupo), com o propósito de melhorar ou restaurar a função motora e potenciar e/ou maximizar o movimento nas áreas de promoção, prevenção, tratamento/intervenção, habilitação e reabilitação, potencializando a qualidade de vida.

A fisioterapia envolve a interação entre a fisioterapeuta, utentes, outros profissionais de saúde, famílias e cuidadores num processo onde o potencial de movimento é examinado/avaliado e as metas são acordadas, utilizando conhecimentos e técnicas exclusivas e específicas

À semelhança dos anos anteriores, ainda com algumas condicionantes devido a pandemia, a fisioterapia realizou consultas de fisioterapia e prescreveu tratamentos para todos os utentes de ERPI, sendo que, todos se encontram clinicamente avaliados. Após avaliação são elaborados e agendados os planos de tratamentos individuais. Todas as situações de urgência são devidamente atendidas com critérios de priorização.

Dos 80 utentes em ERPI, todos realizam tratamentos de fisioterapia de forma rotativa, de acordo com os critérios da sua patologia ou a alteração da mesma, grau de dependência, situações de pós-internamento, urgência, entre outros. Tendo em conta que a maioria dos utentes têm comorbilidades, na maior parte das vezes não é tratada apenas uma patologia, mas sim várias em simultâneo, o que condiciona a duração do tratamento. Nestes casos, os tratamentos não têm limite de tempo ou periodicidade, é feita uma avaliação inicial e várias reavaliações durante os tratamentos de forma a cumprir os critérios anteriormente referidos.

Atendendo ao elevado risco de queda e às comorbilidades dos utentes, a fisioterapia é ainda responsável pela gestão de todo o material de ajudas técnicas. É realizado um levantamento das necessidades e ações de formação junto das colaboradoras, para que estas possam utilizar de forma correta o material e façam uma boa gestão do mesmo, reduzindo as quebras de material e um manuseamento desadequado. É também realizando o ensino clínico junto dos utentes que têm necessidade de material adaptado e acompanhada a sua utilização.

Página:	22 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

A fisioterapia está em constante articulação com as ajudantes de lar, ajudando a criar estratégias para promover as transferências, minimizar os riscos de queda, promover a autonomia e as AVD's, nomeadamente em tarefas como o acompanhamento ao WC, cuidados de higiene, alimentação e sempre que solicitado.

Abrange também as respostas sociais de Centro de Dia e SAD, contudo, atendo ao estado pandémico que se tem vivido nos últimos tempos e ao elevado volume de trabalho na ERPI, a resposta não tem sido possível.

A hidroterapia/hidroginástica, atualmente encontra-se suspensa, devido a inexistência de um espaço adequado às especificidades necessárias à prática desta atividade, mas é intenção retomar a mesma, assim que existir essa possibilidade.

É de ressaltar que em 2023, e ainda devido às consequências provenientes da COVID-19, verificou-se um aumento significativo do grau de dependência dos utentes, alterando as limitações físicas e as patologias respiratórias, o que levou a um trabalho mais intenso e complexo por parte da fisioterapia, na tentativa de minimizar os danos pós pandemia.

▪ **Patologias predominantes em ERPI**

A fisioterapia abrange um vasto leque de patologias, de complexidade variada e em constante alteração, é de realçar que um elevado número de utentes apresenta patologia múltipla. Destacam-se algumas patologias:

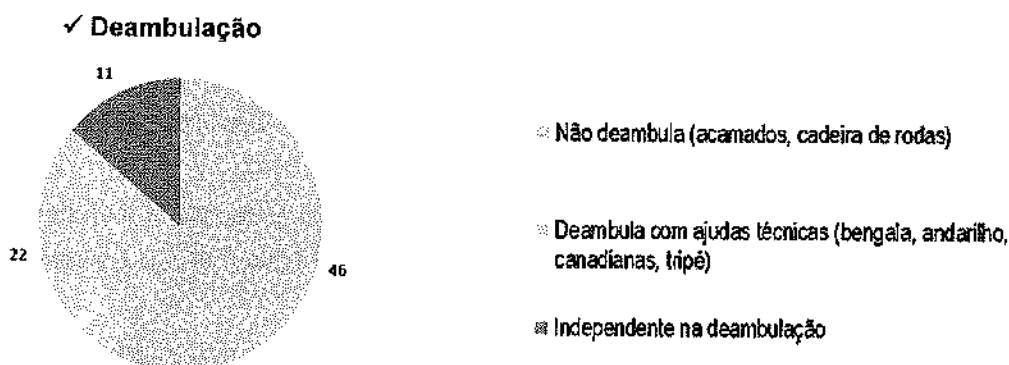
- Doenças reumáticas;
- Doenças neurológicas;
- Doenças respiratórias;
- Doenças cardiovasculares;
- Síndrome de fragilidade;
- Osteoporose;
- Fraturas;
- Sarcopenia;
- Síndrome de imobilização...

Página:	23 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



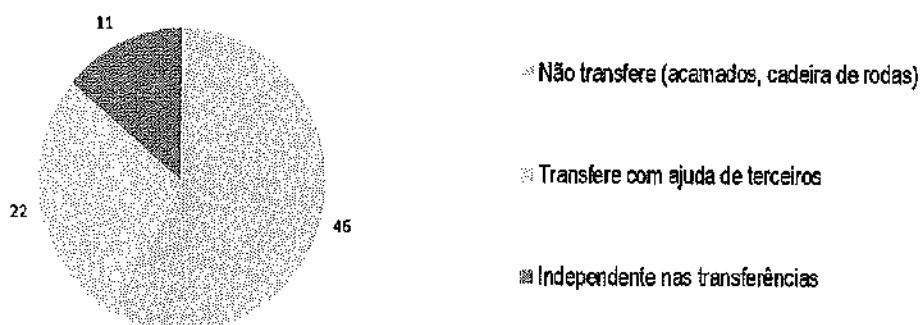
RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

▪ Graus de dependência em ERPI



Os dados supramencionados revelam que 46 utentes (56,79%) estão acamados ou em cadeira de rodas requerendo a intervenção total dos profissionais. Apresentam incapacidade motora nas deslocações condicionando o acesso aos cuidados. Verifica-se ainda que 22 idosos institucionalizados (27,16%) necessitam de uma intervenção parcial dos profissionais saúde/ajudantes de lar no acesso aos cuidados, garantindo o ajuste e a devida manutenção das ajudas técnicas (cadeiras de rodas, bengalas, canadianas, andarilhos, tripés e cintos de contenção).

✓ Transferências / Posicionamentos



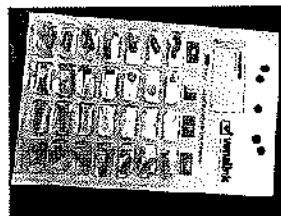
No que concerne às transferências/posicionamentos, 68 utentes (83,95%) necessitam de ajuda total de terceiros. Estes dados revelam que mais de metade dos utentes institucionalizados não altera o seu posicionamento sem a intervenção dos profissionais de saúde/ajudantes de lar e centro de dia.



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



ENFERMAGEM



De acordo com o regulamento do exercício profissional do enfermeiro, a profissão de enfermagem, na área da saúde, tem como objetivo prestar cuidados de enfermagem ao ser humano, são ou doente, ao longo do ciclo vital, e aos grupos sociais em que ele está integrado, contribuindo para a manutenção, melhoria e recuperação da saúde, visando a sua máxima capacidade funcional tão rapidamente quanto possível.

Os Enfermeiros utilizam metodologia científica (processo de enfermagem) que inclui a avaliação inicial dos doentes, a identificação dos problemas de saúde em geral e de enfermagem em particular, com a inerente recolha e apreciação de dados sobre cada situação que a pessoa apresenta, a formulação do(s) diagnóstico(s) de enfermagem, o planeamento de cuidados, a execução dos cuidados planeados (intervenções).

A Enfermeira Coordenadora é responsável pela gestão de recursos materiais inerentes ao exercício da profissão de enfermagem e pela implementação da avaliação regular do nível de dependência, do risco de queda e do risco de úlcera por pressão de todos os residentes, utilizando instrumentos devidamente validados para a população portuguesa (escalas). Esta avaliação permite gerir os cuidados de enfermagem e a vigilância, de forma a melhorar a qualidade e a segurança dos mesmos.

A enfermagem na ERPI tem permitido o acompanhamento clínico dos utentes de forma individualizada (plano de cuidados) e de acordo com as suas necessidades efetivas, cooperando na interação entre enfermeiro e utente, indivíduo, família, grupos e comunidade. A prestação de cuidados de enfermagem é realizada, diariamente, 7 dias por semana (segunda-feira a domingo), entre as 8 horas e as 20 horas.

Nas respostas sociais de Centro de Dia e SAD, a enfermagem disponibiliza, mensalmente, a administração de injetáveis e, semanalmente, a preparação de caixas de medicação mediante prescrição médica comprovada pela apresentação de guia terapêutico devidamente datado e assinado pelo médico assistente. Este acompanhamento é possível dado que há uma enfermeira de referência, a prestação de serviços, que garante esta continuidade. De realçar que, pontualmente, existe o acompanhamento telefónico, de situações clínicas agudas.

Página:	25 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

A equipa de enfermagem assumiu, nos últimos anos, o compromisso de formação/orientação de estudantes de enfermagem da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra com supervisão da Enfermeira Coordenadora/ Professor Orientador, decorrendo de forma exemplar e garantindo a sua continuidade em anos letivos futuros. Situação possível dado o atual rácio de enfermeiros/utente.

Na ERPI, a equipa de enfermagem está envolvida na formação em contexto de trabalho, assumindo um papel preponderante no plano de formação anual.

O enfermeiro integra a equipa de saúde, nas Estruturas Residenciais para pessoas Idosas, colaborando nas decisões sobre a promoção da saúde, prevenção da doença, o tratamento e recuperação, promovendo a qualidade dos serviços. Insere-se num contexto de trabalho multiprofissional, trabalhando em articulação com os restantes profissionais de saúde (intervenções autónomas e interdependentes).

Página:	26 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

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.

Página:	27 de 40	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

HORÁRIO

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

Na Santa Casa da Misericórdia da Lousã, o horário estabelecido foi das 12h às 12h30, para almoços e jantares todos os dias da semana.

REFEIÇÕES FORNECIDAS EM 2023

MESES	Nº REFEIÇÕES			
	Lousã	Gândaras	Pinhal	TOTAL Lousã + Gândaras + Pinhal
Janeiro	109	26	78	213
Fevereiro	100	24	69	193
Março	108	50	81	239
Abril	140	46	69	255
Maio	147	46	81	274
Junho	142	24	75	241
Julho	175	27	78	280
Agosto	147	26	78	245
Setembro	142	25	78	245
Outubro	145	27	75	242
Novembro	142	25	75	242
Dezembro	145	25	69	239
TOTAL	1642	345	906	2908



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

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, 160 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:	29 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

HORÁRIO

Não existiu um horário pré-definido. As ações de distribuição de géneros alimentares foram realizadas bimensalmente, 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.

ALIMENTOS FORNECIDOS EM 2023

Os alimentos foram distribuídos por uma média de 146 pessoas por mês, conforme as quantidades indicadas pela Direção Geral de Saúde para cada beneficiário (criança, adolescente, adultos e idoso), não tendo sido possível satisfazer as necessidades de todos.

Alimentos	JANEIRO	FEVREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
LEITE	876	876	876	876	876	876	876	876	876	876	876	876
QUEIJO	0	0	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
ARROZ	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
MASSAS	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372
TÓSTAS	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372
BOLACHA MARIA	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
FEIJÃO ENCARNADO COZIDO ENLATADO	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
GRÃO-DE-BICO COZIDO ENLATADO	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
ERVILHAS COZIDAS ENLATADAS	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
FRANGO CONGELADO	73	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
PESCADA CONGELADA nº3	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
ATUM	730	730	730	730	730	730	730	730	730	730	730	730
SARDINHA EM ÓLEO VEGETAL	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365
CAVALA	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365	365
TOMATE PELADO ENLATADO	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146	146
MISTURA DE VEGETAIS	372	669	372	372	372	372	372	372	372	372	372	372
BRÓCOLOS	0	160	160	0	160	0	160	160	0	160	0	160
FEIJÃO VERDE ULTRACONGELADO	146	146	0	146	146	146	0	146	0	146	0	146
ESPINAFRES	0	160	160	0	160	0	160	0	160	0	160	0
CENOURA ULTRACONGELADA S	146	146	0	146	0	146	146	0	146	0	146	146
ALHO FRANCES ULTRACONGELADO	146	146	146	146	146	146	146	146	0	146	146	0
AZEITE	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
CREME VEGETAL PARA BARRAR	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55
MARMELADA	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40

Página:	30 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



CRECHE



Calendário Anual de Funcionamento

Abertura: 7h 45m

Encerramento: 18h45m

De segunda a sexta-feira

Férias

Páscoa: 03 a 06 de abril

Agosto: 1 a 18 de agosto

Natal: 26 a 30 de dezembro

A Creche esteve encerrada ainda no dia 23 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 (nascidas em 2022)

Médios A – 14 crianças (nascidas em 2021)

Médios B – 14 crianças (nascidas em 2021)

Grandes A – 15 crianças (nascidas em 2020)

Grandes B – 15 crianças (nascidas em 2020)

Lista de Espera

No final do ano letivo tínhamos uma lista de espera de 136 crianças, assim distribuídas etariamente:

Crianças nascidas em 2023 - 26

Crianças nascidas em 2022 - 45

Crianças nascidas em 2021 – 19

Crianças nascidas em 2020 – 46

Página:	31 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Rotina Diária

7h 45m - 2 Ajudantes de Ação Educativa (uma da sala de Médios e outra da sala de Grandes)

8h 30m - 1 Ajudante de Ação Educativa do Berçário, uma Ajudante de Ação Educativa Pivot, uma auxiliar de serviços gerais a 1/2 tempo

2 Educadoras (uma da sala de Médios e outra da sala de Grandes).

A Aj. de Ação Educativa do Berçário e a pivot levavam as crianças para o Berçário.

A Aj de Ação Educativa de Médios ficava na sua sala e a educadora na outra. A auxiliar de Serviços Gerais auxiliava as duas salas de médios permitindo que os grupos estivessem separados.

A educadora de Grandes e a Ajudante de Ação Educativa de Grandes levavam os 2 grupos para uma das salas de grandes.

9h 15m - Suplemento da manhã

Os Bebés e as crianças dos grupos de Médios tomavam o suplemento nas salas, os das salas de Grandes no refatório.

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

10h - 2 Educadoras (uma de Médios e outra de Grandes)

10h15/30m - 3 Aj. de Ação Educativa. Separação dos grupos de grandes. A partir de abril/maio, grande parte das crianças já tinha controlo de esfíncteres e muita autonomia na utilização da casa de banho o que permitiu que separássemos estes grupos após a toma do suplemento da manhã.

11h 30m - Higiene e almoço.

12h 15m - Higiene

12h45m - Descanso.

15h - Higiene.

15h 30m - Lanche

16h - Atividades livres

17h/ 16.45h - Berçário - 1Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

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

- **Médios** - 1 Educadora – até às 18h

- 1Aj. Ação Educativa – até às 18.45m

(os grupos de médios ficavam juntos a partir desta hora)

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

- 1 Aj. 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

Página:	32 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

PROJETOS

O Projeto Educativo desenvolvido foi "Sustentável hoje, equilíbrio amanhã".

As salas do Berçário, Médios A e B, Grandes A e B desenvolveram os seus projetos pedagógicos de sala.

Mini – Projetos

Dia de reis:

- Elaboração de coroas para celebrar o dia de reis

Inverno:

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano

Dia da Amizade:

Realização de coroas alusivas ao tema

Primavera:

- Realização de trabalhos alusivos às características desta estação do ano

Dia do Pai:

- Elaboração de prendas para comemoração desta data

Páscoa:

- Elaboração de prenda para a família
- Elaboração de coroas da Páscoa

Dia da mãe:

- Elaboração de trabalhos alusivos ao dia da mãe
- Elaboração de prenda para a mãe

Dia da criança:

- Elaboração de atividades alusivas à temática.

Verão:

- Realização de trabalhos alusivos à estação do ano

Página:	33 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Adaptação:

- Decoração de materiais de sala: tabela de aniversários

Outono:

- Elaboração de trabalhos alusivos à estação do ano

Natal:

- Decoração dos espaços com trabalhos das crianças
- Elaboração de prenda para a família

Dinâmica: Relação/trabalho com as famílias

Informação relativa ao pessoal e forma de funcionamento enviada por email.

Informações diversas enviadas por email

Entrevistas sempre que se entendeu necessário

Utilizamos também a plataforma ChidiDiary para prestar informações e partilhar fotos de atividades.

REUNIÕES

Reuniões de Pessoal

Creche

Assuntos:

- Esclarecimento de normas de funcionamento
- Distribuição de horários.

Reuniões de educadoras

Foram realizadas reuniões presenciais e também via zoom para debater assuntos decorrentes da prática pedagógica.

Reuniões de Pais

Creche

Foram realizadas reuniões com o objetivo de esclarecer eventuais dúvidas dos pais.

Avaliações

As avaliações das crianças foram entregues aos pais e devidamente assinadas pelos mesmos. Sempre que se considerou necessário reunimos presencialmente com os pais das crianças.

Página:	34 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES



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 2022

Férias de Natal: 26 a 30 de dezembro de 2022

Férias da Páscoa: 3 a 6 de março de 2023

Férias: 1 a 18 de agosto de 2023

O Jardim de Infância esteve encerrado ainda no dia 23 dezembro de 2022, por ter sido concedida tolerância de ponto às funcionárias.

Frequência

Ao longo deste ano letivo ocorreram algumas saídas de crianças e entradas. No entanto, conseguimos manter uma frequência de 68 crianças, assim distribuídas etariamente:

Grupo dos 3 anos – 22 crianças

Grupo dos 4 anos – 24 crianças

Grupo dos 5 anos – 22 crianças

Lista de Espera

No final do ano letivo, depois de contatadas as crianças da lista para preencher as vagas que foram surgindo, ficamos sem lista de espera dos anos de 2018 e 2019.

PROJETOS

O Projeto Educativo ainda se mantém o mesmo: "Sustentabilidade Hoje, Equilíbrio Amanhã".

Página:	35 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
----------------	----------	---------------------------------	------	----------------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

As salas dos 3, 4 e 5 anos desenvolveram os seus projetos curriculares de grupo, de acordo com as necessidades do seu grupo.

Atividades comuns aos grupos:

- Entrega de géneros alimentares aos cuidadores de colónias de gatos da Lousã, recolhido no Jardim de Infância
- Assistimos na Biblioteca Municipal ao teatro da Algazarra Marionetas "Tatá e Totó: uma história de ratos".
- Comemoramos o Dia da Floresta Autóctone, em parceria com a Oficina de Segurança, da Câmara Municipal da Lousã.
- Duas técnicas da Universidade de Coimbra, vieram dinamizar uma atividade sobre Neurociências.
- A Unidade de Cuidados Na Comunidade Arouce, representada pelo enfermeiro Cristiano Gonçalves, veio desenvolver uma atividade de Higiene e Saúde Oral com as crianças. Visionamento de um filme e avaliação dos dentes das crianças.
- Participamos nos Minijogos da Freguesia, no campo da Escola Básica nº 2.
- Participamos numa atividade da ACP Kids (Parque Municipal de Exposições).
- Assistimos à peça de teatro "Chamam-lhe a Raposa Matreira" - companhia de teatro *A Companhia Um do Outro*
- Fomos à praça Sá Carneiro receber os participantes da Descida em Cadeira de Rodas.
- Reiniciamos as nossas atividades intergeracionais, com os idosos do Lar da nossa instituição.
- Participamos nas marchas "Afetos entre gerações"
- Realizamos a Festa Final de Ano Letivo_(Creche e Jardim de Infância)

Atividades Extracurriculares

A atividade de Educação Física e Inglês decorreram durante o ano letivo, para os três grupos, uma vez por semana. A de música só iniciou em abril e com a mesma periodicidade das outras atividades.

Rotina Diária

A rotina diária dos Grupos

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

9h – Início das atividades,

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

9h30 – Atividades na sala;

11h45 – Almoço;

12h 20 – Higiene;

12h45 – Dormitório;

Página:	36 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
---------	----------	--------------------------	------	---------------------	------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

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 atividade letiva.

15h – Levantar e higiene;

15h30 – Atividades nas salas de atividades/exterior.

16h – Lanche;

16h30 às 17h – Conclusão de atividades 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

A dinâmica com a família foi realizada essencialmente através da plataforma ChildDiary, e através de reuniões de pais.

REUNIÕES

Creche e Jardim de Infância (todas as colaboradoras)

Distribuição de horários

Recomendações

Reuniões de Pais

Realizaram-se duas reuniões de pais conjuntas com a Creche.

Reunião de Reestruturação do Jardim em Creche

Realizaram-se duas reuniões onde se discutiu a transição do nosso Jardim de Infância para outro espaço físico (Jardim de infância da Lousã - Regueiro. Motivo: reestruturação do edifício do JI para Creche.

Uma reunião foi com as funcionárias, o Agrupamento de Escolas da Lousã e a Câmara Municipal. A outra reunião foi com pais.

Reuniões de Avaliação

Foram realizadas três avaliações e estas foram entregues aos pais presencialmente.

NOTAS FINAIS

Este ano letivo, 2022/2023, foi um ano particularmente difícil pois, alguns elementos da resposta social, começaram a acusar cansaço no transporte das refeições e louças, devido ao atraso das obras de construção da cozinha. Na sequência desse cansaço vieram faltas e baixas consecutivas, sem substituições.

Em relação à parte educativa, as atividades decorreram com normalidade e ficamos muito satisfeitos com o início das aulas de Expressão Musical, ainda que a 3 meses do fim do ano letivo.

Página:	37 de 39	Rel. Anual de Atividades	2023	Data de Elaboração:	15.04.2024
----------------	-----------------	---------------------------------	-------------	----------------------------	-------------------



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

OUTRAS ACÇÕES

ACÇÕES DE FORMAÇÃO

Data	Objetivos	Entidade Formadora	Nº Formandos	Total Horas
10/03/2023	Perspetivas Pedagógicas na Educação Infância	APEI	4	60
15/03/2023	Transferências e posicionamentos	SCML	11	11
30/03/2023	Unidades na Comunidade	AUCC	2	28
06/04/2023	Formação traqueostomia	SCML	7	7
26/04/2023	Boas práticas na alimentação	SCML	17	22
05/05/2023	Agenda do trabalho digno	OCC	1	8
12/05/2023	Fraldas	Hartman	20	40
15/05/2023	Higiene nas instalações	Higimarto	5	18
14/06/2023	Experienciar vivência do Idoso	SCML	15	15
21/06/2023	Posicionamentos	SCML	12	12
19/07/2023	Procedimentos no serviço de refeições	SCML	20	20
22/09/2023	Abordagem prática-teórica sobre ajudas técnicas, manuseamento e aplicabilidade dos diferentes materiais	SCML	19	38
11/10/2023	Congresso Cuidados Paliativos	APCPRC	3	42
08/11/2023	Ajudas Técnicas / Posicionamentos / Transferências	SCML	20	20
29/11/2023	Posicionamentos nas cadeiras de rodas	SCML	9	14
07/12/2023	Dinâmicas de Grupo	SCML	12	12

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

Continuamos a apoiar idosos e familiares com camas articuladas.



RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

OBRAS

- Conclusão das obras de ampliação e remodelação da cozinha central.
- Obras de transformação do 2º e 3º piso do bloco A, da Av. S. Silvestre, em ERPI em curso, mas com final a curto prazo.
- Manutenção e conservação dos imóveis e equipamentos da Instituição.
- Candidatura ao PARES 3 para remodelação do piso do 1º da ERPI.

Aprovado em reunião da Mesa Administrativa de 15 de abril de 2024.

A Mesa Administrativa,

