PLANO DE ATIVIDADES 2020

Santa Casa da Misericórdia de Penela

Índice

LINHAS DE AÇÃO 1
A Irmandade 2
Ação cultural e religiosa 3
Património/Investimento 4
Recursos Humanos e Formação Profissional 5
Caracterização da Instituição 7
Estrutura Organizacional 8
INFÂNCIA 9
Creche 9
Centro de Atividades Tempos Livres 15
Aprender "a brincar" com Emoções… 15
Gerontologia 28
Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) 28
Centro de Dia 29
Serviço de Apoio Domiciliário 30
Psicologia 46
Enfermagem em ERPI 47
COMUNIDADE 52
Unidade de Medicina Física e de Reabilitação 52
Unidade de Cuidados Continuados 53
SERVIÇO SOCIAL 58
Rendimento Social de Inserção 58
Comissão de Proteção de Crianças e Jovens 58
Rede Social 58
FEAC 59
Cantina Social: 59
Atendimentos no âmbito da ação social 60

LINHAS DE AÇÃO

Para cumprimento do estabelecido no Compromisso, a Mesa Administrativa da Santa Casa da Misericórdia de Penela vem submeter à apreciação e deliberação da Assembleia Geral de Irmãos o Plano de Atividades para o ano de 2020. O Plano de Atividades e correlativo Orçamento que, nos termos e finalidades legais e compromissórias, agora se apresentam, foram elaborados numa ótica de continuidade ao nível das metodologias e dos critérios seguidos nos Planos adotados nos anos anteriores, refletindo a solidificação da estratégia de desenvolvimento para esta Instituição e mantendo os mesmos objetivos de solidariedade, com respostas que procuram ir de encontro das necessidades atuais das pessoas. A realização do Plano de Atividades para o ano de 2020, ocorre num quadro de dificuldades económicas, com o aumento da pobreza e da exclusão social, a diminuição da taxa de natalidade e a aceleração do processo de envelhecimento da população portuguesa. É imprescindível assegurar a continuidade na dinamização das respostas sociais desenvolvidas e refletir, em conjunto, em novas respostas de forma a fazer face às problemáticas atuais, embora com a necessária preocupação em assegurar a sustentabilidade financeira da Santa Casa da Misericórdia. Continuar-se-á a privilegiar a criação de parcerias, acordos e protocolos, quer com os Ministérios do Emprego e da Segurança Social, Ministério da Saúde, quer com outras Instituições como a Câmara Municipal e Juntas de Freguesias, a União das Misericórdias Portuguesas, Associações, Instituições Particulares de Solidariedade Social, etc. Procuraremos desenvolver, cada vez mais, serviços sociais com qualidade, de forma a bem servir a comunidade penelense.

Continuará a ser prioridade da nossa Instituição promover a formação de profissionais de forma a disporem de mais conhecimentos e sensibilização necessários ao bom desenvolvimento de ações de apoio social destinados a crianças, jovens, idosos e comunidade em geral. Continuaremos preocupados e a apostar sempre num contexto de sustentabilidade económica da Instituição. Assim procuraremos manter a prestação dos serviços à comunidade, sempre numa lógica de gestão racional dos recursos, mas sem descurar as suas obrigações para com os mais vulneráveis, sem nunca esquecer a missão, a visão e os valores que estabelecem os princípios basilares da nossa Instituição

Vivemos intensamente toda a problemática de alguma injustiça salarial com muitos dos nossos colaboradores. Cada aumento do ordenado mínimo significa para todo o setor social um autêntico “quebra cabeças “pois não existe do lado dos rendimentos a contrabalança para o aumento da despesa. A acrescentar a isto cria-se a montante descontentamento e tristeza em relação a todas as outras carreiras que não viram até hoje qualquer melhoria salarial. É um problema que nos acompanha seriamente.

A Mesa Administrativa, em 2020, continuará próxima dos que mais precisam e tudo fará para ser corajosa nas medidas necessárias à sustentabilidade económica, financeira, social e ambiental de toda a Instituição. Será prudente na ação, mas ativa para continuarmos a crescer. As atividades a concretizar em todas as valências, as metas a atingir, a metodologia, a estratégia e os meios utilizar farão parte integrante deste Plano de Atividades através de planos sectoriais de cada uma das nossas valências: as nossas duas Creches, o CATL, a ERPI-Estrutura Residencial para Pessoas idosas, o Centro de Dia e o Serviço de Apoio Domiciliário, a Unidade de Cuidados Continuados e o CLDS 4G.,este pendente ainda de aprovação

A Irmandade

Continuaremos a ter em 2020 a ter na Irmandade a marca identitária da vocação religiosa da Santa Casa da Misericórdia, com a presença assídua da nossa Irmandade em todos os atos de culto relevantes acontecidos na nossa vila. Estaremos presentes em todas as festividades religiosas mais marcantes na sede do nosso concelho cumpriremos, como é imperativo no nosso compromisso, as nossas obrigações com os nossos irmãos defuntos, estando presentes nas celebrações fúnebres e sufragando as almas dos irmãos e beneméritos no dia dos fiéis defuntos e no mês de Novembro.

Será esta a nossa contribuição para dar sentido à vertente de participação religiosa, á preservação de tradições e culturas, que a Misericórdia representa a nível local e à sensibilização de todos os irmãos para a importância da sua participação na vida da Irmandade.

Continuaremos a aperfeiçoar o sistema de "informação na hora" aos irmãos que, por proximidade ou dedicação, participam nas atividades religiosas:

- Através de SMS para irmãos com mais dificuldades de acesso a tecnologias de informação.
- Através de email para todos os irmãos com esse meio de correio eletrónico que já se aproxima de uma centena.

Em termos de outros meios de acesso à informação continuaremos a melhorar os conteúdos do nosso site, www.scmpenela.pt.

A nível dos símbolos e vestes da Irmandade passaremos a utilizar o novo espaço da portaria do antigo hospital para guarda dos mesmos, libertando assim espaço na capela de São Lourenço, e continuando com acesso muito perto e acessível para todas as cerimónias que ali se realizem ou dali partam.

Constatando uma realidade irreversível, que é o acentuado escalão etário dos irmãos pugnaremos por motivar novas adesões que permitam a cimentação da atividade da nossa Irmandade, que neste ano de 2019 comemorou os seus 460 anos ao mesmo tempo que prosseguiremos com a atualização do cadastro dos irmãos.

Ação cultural e religiosa

Marcante em 2020 será, mais uma vez, no primeiro fim de semana de Maio (3 e 4 de Maio), a realização da Festa da Senhora da Misericórdia. Acrescerão ainda todas as atividades religiosas já previstas no capítulo Irmandade

Em termos de investimento tentaremos, se a isso conseguirmos uma candidatura, proceder ao restauro de portas e janelas da Igreja da Misericórdia e edifício contíguo.

O Grupo de Cantares da Santa Casa da Misericórdia de Penela transformou-se num exemplo dinâmico do que é fazer voluntariado ativo junto das pessoas mais idosas juntando-lhe o aditivo da música através do canto de canções de índole popular. O dia de sexta-feira à tarde transformou-se num período ansiosamente esperado pelos utentes da ERPI, transformado que foi num dia de partilha comunitária com os voluntários do Grupo de Cantares. Tentaremos todos motivar para que esta participação continue, se renove e se motive.

Os programas setoriais das valências evidenciam inúmeras ações culturais aplicadas aos escalões etários específicos dos destinatários, que à frente serão desenvolvidos.

Claro que o CLDS 4G, a ser aprovado, trará contribuições importantes, não só no aspeto social, mas também na vertente cultural.

Património/Investimento

Em termos de investimento e concluída que estará a obra em 31 de Dezembro de 2019, a grande prioridade para 2020 será pôr a funcionar a Unidade de cuidados continuados agora com mais onze camas perfazendo o total de 30 camas, um grande projeto para já atingido, mas só parcialmente conseguido pois é preciso equipá-lo e que funcione em pleno. A obra representou um grande esforço financeiro, mas está praticamente paga com base nas economias da Instituição tendo-se recorrido ao reforço de 100.000,00 euros, vindo da promessa de venda do prédio da rua da Sofia, em Coimbra. Em contrapartida devolvemos na totalidade o empréstimo de 250.000,00 euros feito para o efeito na Caixa de Crédito Agrícola, economizando uma verba significativa em juros.

Mas investir é igualmente apostar na conservação/beneficiação do edificado existente e aí vamos iniciar, em 2020, as obras de beneficiação da parte antiga da ERPI com substituição do sistema de aquecimento na área dos quartos, na sala de convívio e refeitório e com a aquisição de algum equipamento para a lavandaria, entre outros, bem como a aquisição de um gerador que supra incómodos graves quando falta energia elétrica. Além disso é fundamental concretizar o projeto de segurança para aquela ala mais antiga do Lar. Tudo isto só é possível porque, fazendo jus à ambição que nos norteia, vimos aprovada uma candidatura de cerca de 250.000,00 euros que fizemos ao “Portugal 2020”com uma comparticipação de 85%.

Esta é uma certeza tendo a Mesa Administrativa, em fase de estudo, uma possível candidatura também ao mesmo programa para beneficiação da antiga Escola Primária, nomeadamente em termos de eficiência energética, onde está instalada a casa da criança, esta em colaboração com a Câmara Municipal que é a proprietária do edifício.

Queremos que 2020 seja mais um ano marcante para a instituição por tudo o que formos capazes de dar à comunidade, onde nos inserimos. Para isso no âmbito das funções executivas definidas pelo Compromisso que nos rege, a Mesa Administrativa promete muito trabalho e muita dedicação. Para isso conta com a entrega e o profissionalismo dos atuais 105 colaboradores da Santa Casa.

Recursos Humanos e Formação Profissional

Em 2020 manteremos como objetivo melhorar as competências e o desempenho dos colaboradores promovendo uma atualização das suas competências e a qualidade dos serviços prestados a todos os utentes nas diversas respostas sociais. Procuraremos cumprir a legislação em relação formação de todos os colaboradores.

A Santa Casa da Misericórdia de Penela assume também a responsabilidade de ter um número adequado de colaboradores, tendo em conta as necessidades específicas dos seus utentes e o tipo de cuidados de que carecem.

São identificadas as necessidades de formação (de acordo com os interesses e necessidades manifestadas, recolhidas através de diferentes meios) e é criado um plano de formação anual, cuja eficácia é avaliada pelos formandos e seus superiores hierárquicos.

Ação de Formação	Prevista em:	N.º Horas	Entidade Formadora	Objetivos da Formação	Colaboradores
Avaliação de Riscos no Posto de Trabalho	Fevereiro 2020	2h	Cruz Branca	Aquisição de competências para a identificação e minimização dos riscos no posto de trabalho	Colaboradores das diferentes respostas profissionais.
Trabalho em Equipas Multidisciplinares	Março 2020	8h	Sicóformação	Promover o trabalho em equipa	Ajudante de Lar; Trabalhadores de Serviços Gerais; Superiores Técnicos.
Qualidade na Saúde	Março 2020	25h	Sicóformação	Melhorar os conhecimentos dos colaboradores sobre as características dos utentes que têm ao seu cuidado	Ajudante de Lar; Trabalhadores de Serviços Gerais; Superiores Técnicos.
Medidas de Segurança e Treino de Evacuação	Fevereiro 2020	4h	Bombeiros Voluntários de Penela	Dotar os colaboradores de conhecimentos sobre meios de segurança para atuação em situação de perigo.	Colaboradores das diferentes respostas profissionais.
Boas práticas de segurança em refeitórios	Abril 2020	2h	Cruz Branca	Dotar os colaboradores de conhecimentos necessários de serem aplicados no quotidiano.	Cozinheiras e Trabalhadores de Serviços Gerais.
Comunicação com utentes e familiares	Março 2020	2h	Formação interna (Psicóloga)	Capacitar os colaboradores de estratégias de comunicação eficazes	Colaboradores das diferentes respostas sociais.
Utilização de Extintores	Abril 2020	2h	Bombeiros Voluntários de Penela	Capacitar os colaboradores da utilização de extintores	Ajudante de Lar; Trabalhadores de Serviços Gerais; Cozinheiras; Técnicos Superiores.
Noções Básicas de Saúde do Idoso	Maio 2020	2h	Formação Interna (Equipa de Enfermagem da ERPI)	Dotar os colaboradores de conhecimentos necessários de serem aplicados no quotidiano	Ajudantes de Lar; Trabalhadoras de Serviços Gerais.
Gestão do stress profissional em saúde	Junho 2020	25h	Sicóformação	Identificar e aplicar estratégias de gestão de stress	Colaboradores das diferentes respostas sociais.
Abordagem Geral de Noções Básicas de Primeiros Socorros	Outubro 2020	25h	Sicóformação	Capacitar os formandos sobre formas de atuar em situações adversas	Ajudante de Lar; Trabalhadores de Serviços Gerais; Superiores Técnicos.

Caracterização da Instituição

A Misericórdia de Penela foi fundada a 25 de Abril de 1559, quando D. Sebastião, Rei de Portugal, criou em Penela a confraria da Misericórdia.

Na atualidade a Misericórdia de Penela desenvolve um vasto campo de atividades de âmbito social e de saúde, destinado em especial ao apoio à terceira idade e à infância. Par tal dinamiza Protocolos de Cooperação com uma rede multifacetada de parceiros e baseia a sua atuação no Sistema de Certificação da Qualidade *EQUASS Assurance*, cuja sua primeira fase foi alcançada em agosto de 2013 e que traça princípios orientadores da Instituição.

MISSÃO

Servir o utente, apoiar a família e envolver a comunidade em geral.

VISÃO

Ser uma instituição social de referência, reconhecida pela qualidade dos serviços prestados e pela relação com utentes e suas famílias.

VALORES

Qualidade do Serviço;

Solidariedade;

Humanismo;

Ética;

Igualdade;

Respeito;

Dedicação;

Cooperação;

Confiança;

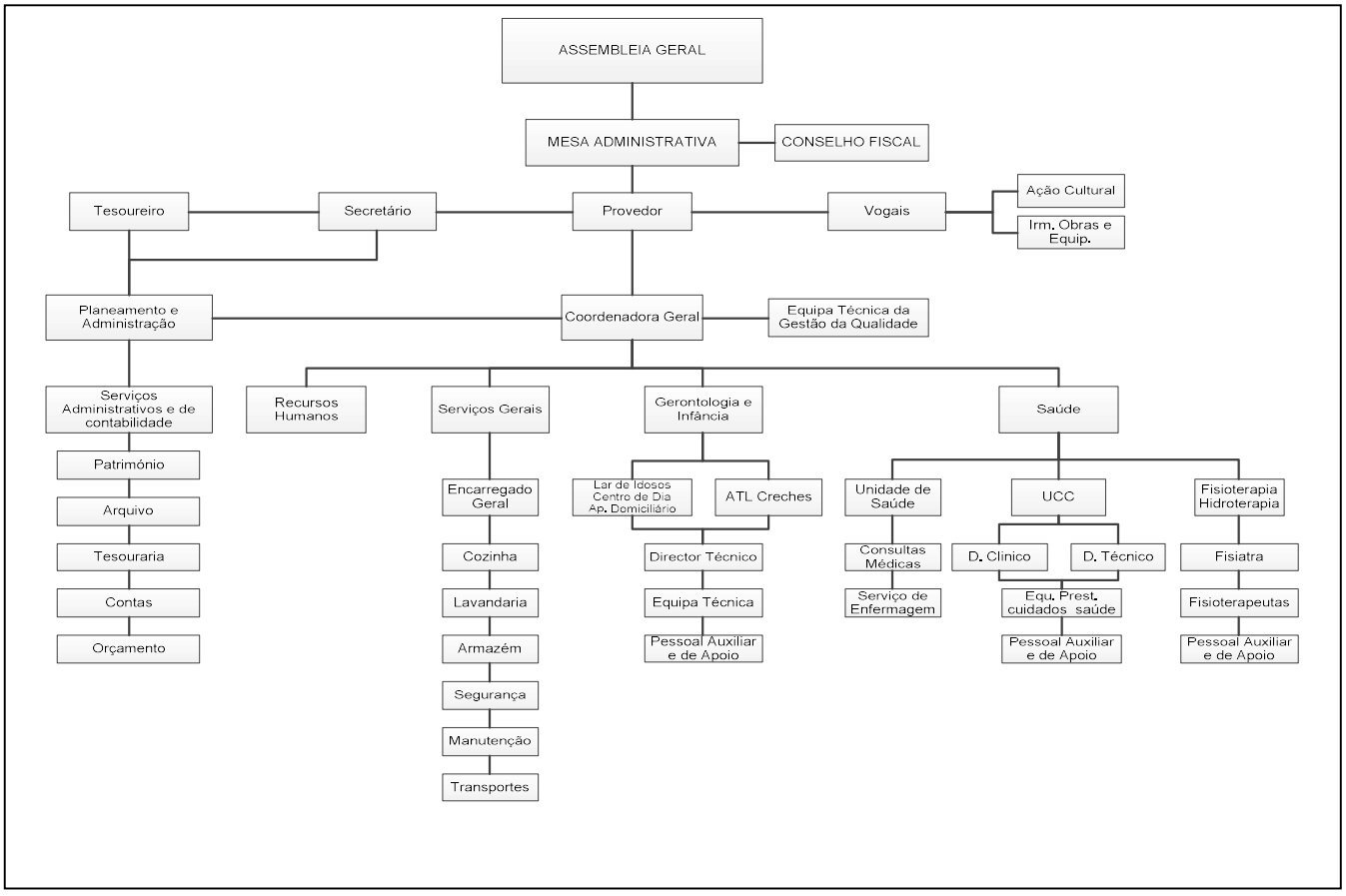
Responsabilidade;

Eficiência;

Tolerância.

Estrutura Organizacional

A organização da Santa Casa da Misericórdia de Penela é fundamentada no dinamismo e competência técnica de todos os seus colaboradores. O modo como estão estabelecidas as relações hierárquicas dentro da organização é apresentado no organigrama da instituição.



INFÂNCIA

Creche

A creche é o espaço identificado por excelência para que o educar, o cuidar e o brincar possam acontecer, onde a estimulação do desenvolvimento físico e psíquico da criança é privilegiada pela qualidade dos serviços prestados, num ambiente de harmonia e conforto.

A Creche para além de uma necessidade é um direito de toda e qualquer criança, independente da classe, género, cor ou sexo. A Educação Infantil é a primeira etapa da Educação Básica, e tem como finalidade o desenvolvimento integral das crianças dos zero aos seis anos de idade, em creche e jardins de infância, compreendendo aspetos físicos, afetivos, cognitivos e sociais. Os três primeiros anos de vida são fundamentais para o desenvolvimento destes. Cuidar e educar não podem ser separados. A maior parte do dia a dia numa creche esta centrada nos momentos práticos e de assistência como a alimentação, higiene, descanso e momentos de lazer e de brincadeiras.

Contudo não menos importante é a ação pedagógica. Por isso existem os projetos pedagógicos da Creche. Estes são elaborados pelas educadoras de infância de cada uma das salas de modo a dar uma resposta educativa a cada grupo de crianças. E tem como finalidade definir as linhas orientadoras para o quotidiano educativo ao longo do ano letivo. Cada projeto tem um tema definido. Por isso podemos ver temas como “Eu, os outros e o Mundo” ou “A minha Teia” a serem explorados nas creches da Instituição. Os projetos educativos completam-se com o plano de atividades, este é um instrumento de trabalho dinâmico onde se encontram registadas as temáticas, as atividades e os objetivos a atingir. Sendo um trabalho planeado em que o superior interesse da criança é o mais importante, em parceria com os pais e encarregados de educação e a restante comunidade institucional.

Mês	Temática	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Atividade
Janeiro	Visita ao Penela Presépio	Promover a socialização; Proporcionar o contacto com uma festividade do concelho;	Promover a interação e o convívio entre crianças;	Realização de um passeio a pé, ao Penela Presépio;
	Dia de Reis (6 de janeiro)	Desenvolver atividades lúdicas e pedagógicas relacionadas com o tema	Estimular a sensibilidade táctil; Promover a interação entre as valências da Santa Casa; Estimular a concentração e o gosto pela audição de histórias;	Decoração de uma coroa através de uma atividade de Expressão Plástica; Realização de uma visita dos idosos às creches para cantar as Janeiras; Exploração da história dos 3 Reis Magos;
Fevereiro	Dia de São Valentim (14 de fevereiro)	Fortalecer laços afetivos entre crianças e adultos;	Dar e receber afetos;	Realização de uma lembrança para outrem;
Março	Carnaval 5 de março	Vivenciar o espírito de Carnaval;	Desenvolver a socialização/desinibição; Vivenciar o Carnaval com segurança;	Atividades de expressão plástica e musical relacionadas com o tema; Brincar ao Carnaval; Baile de Carnaval; Desfile pelas valências da Santa Casa; Ir ao exterior ver o cortejo carnavalesco;
	Dia do Pai (19 de março)	Fortalecer os laços afetivos entre criança e pai;	Promover a participação da figura paterna, numa atividade, de carácter educativo, a desenvolver;	Atividade livre entre criança e pai; Realização de uma prenda para oferecer ao Pai;

	Primavera (21 de março)	Promover o contato com a natureza;	Sensibilizar para a importância que as árvores têm para o planeta e seus habitantes; Identificar a estação do ano através das suas características; Vivenciar experiências novas e enriquecedoras com o mundo exterior;	Exploração da temática com diversas atividades; Decoração dos espaços educativos;
	Dia Mundial da Água (22 de março)	Sensibilizar para a importância da água no nosso quotidiano;	Promover o contato com a água;	Explorar diversas situações em que a água é diariamente utilizada;
	Dia Mundial do Teatro (27 de março)	Sensibilizar para as diferentes formas de expressão e comunicação;	Desenvolver a capacidade de concentração;	Dramatização de uma história com recurso de diversos materiais;
Abril	Dia Internacional do Livro Infantil (2 de abril)	Sensibilizar para a importância da leitura e dos livros;	Incentivar os pais a participar no quotidiano educativo dos filhos;	Convite aos pais para virem à creche contar uma história às crianças;
	Páscoa 21 de abril	Vivenciar de forma lúdica e pedagógica a Páscoa;	Desenvolver a motricidade fina; Desenvolver a curiosidade;	Realização de uma lembrança para partilhar em casa; "Caça aos Ovos da Páscoa"; Exposição de Ovos da Páscoa decorados pelas crianças e famílias
	Dia Mundial do Sorriso/Dia Mundial da Dança (28 e 29 de abril)	Explorar as diferentes formas de expressão e comunicação;	Estimular e sensibilidade auditiva e coordenação áudio-motora;	Realização de uma aula de dança; Trabalhar as emoções (riso).

			Estimular o jogo simbólico através da exploração de emoções;	
Maio	Dia da Mãe (06 de maio)	Fortalecer os laços afetivos entre criança e mãe;	Promover a participação da figura materna, numa atividade, de carácter educativo, a desenvolver.	Atividade livre entre mãe e filho; Realização de uma prenda para oferecer à Mãe;
	Dia da Família (15 de maio)	Fortalecer os laços afetivos entre crianças e seus familiares diretos;	Explorar verbalmente o tema; Despertar o sentimento de pertença e um núcleo familiar concreto;	Exploração verbal do tema; Realização de uma atividade de expressão plástica, entre criança e seus familiares, alusiva ao tema;
Junho	Dia Mundial da Criança (1 de junho)	Vivenciar de forma lúdica e pedagógica a data;	Promover a participação nas atividades propostas; Promover a interação entre todas as crianças das creches;	Dinamização de atividades lúdicas entre todas as crianças, em ambiente festivo; Realização de uma lembrança para oferecer às crianças;
	Verão (21 de junho)	Promover atividades alusivas ao tema;	Identificar a estação do ano através das suas características próprias;	Exploração do tema com diversas atividades; Decoração da instituição;
	Santos Populares (13, 24 e 29 de junho	Proporcionar a vivência de uma época festiva inerente à comunidade;	Vivenciar as tradições;	Elaboração de atividades de expressão plástica e musical alusiva aos Santos Populares; Decoração da instituição;

Julho	Festa de Final de Ano Letivo	Proporcionar o convívio entre crianças e familiares;	Promover a participação dos familiares numa atividade em contexto escolar;	Convívio livre entre todos os intervenientes do contexto educativo e familiar das crianças;
Agosto	Atividades livres	Promover momentos lúdicos e pedagógicos;	Criar oportunidades propícias à exploração livre dos espaços e materiais existentes, de modo a que se desenvolva o gosto por brincar;	Realização de diversas atividades livres, inerentes às diferentes áreas de expressão motora, musical e dramática;
Setembro	Início do ano letivo	Organizar o ano letivo, de acordo com a especificidade de cada grupo de crianças, relativamente a espaços, equipamentos, elementos burocráticos e organização da equipa educativa;	Promover relações de afetividade e confiança; integrar as crianças no grupo e no espaço; Promover o desenvolvimento das primeiras regras de socialização e rotinas diárias;	Realização dos instrumentos de trabalho necessários à organização de todo o quotidiano educativo;
	Outono (21 de setembro)	Proporcionar o conhecimento e contato com alguns elementos da época;	Explorar elementos específicos desta estação do ano; Identificar a estação do ano através das suas características próprias;	Exploração da temática através da dinamização de atividades do âmbito da expressão plástica, motora musical e dramática; Decoração dos espaços educativos;
Outubro	Dia do Animal (4 de outubro)	Proporcionar o contato com diversos animais;	Explorar, as características de alguns animais;	Levar os pais a envolver-se numa atividade em contexto escolar; Interação com os animais que os pais tragam de casa;
	Dia Mundial da Alimentação (16 de outubro)	Sensibilizar para a importância que tem no nosso corpo, uma alimentação saudável;	Explorar as características de alguns alimentos; Estimular as diferentes sensações;	Experiências ao nível do olfato, visão, tato e paladar com alimentos;

				Realização de atividades de expressão plástica;
	Halloween (31 de outubro)	Preparar a vivência desta data de forma lúdica, partilhando-a com os familiares das crianças;	Desenvolver a motricidade fina e a sensibilidade táctil; Promover a interação do contexto familiar e educativo;	Confeção de broas e respetivas embalagens; Decoração da instituição com atividades plásticas alusivas ao tema;
Novembro	São Martinho (11 de Novembro)	Vivenciar de forma lúdica o São Martinho;	Proporcionar o convívio entre todos os elementos das creches; Promover oportunidades de estimulação generalizada;	Decoração da instituição com atividades alusivas ao tema; Realização de um magusto; Permitir a exploração variada de elementos característicos desta data (ouriços, castanhas, folhas, …)
Dezembro	Inverno (21 de Dezembro)	Proporcionar o conhecimento e contato com alguns elementos da época; Promover a realização de atividades alusivas ao tema;	Sensibilizar para comportamentos adequados às condições climáticas; Identificar a estação do ano através das suas características próprias;	Exploração da temática através da dinamização de atividades do âmbito da expressão plástica e musical; Decoração da instituição com atividades alusivas à estação do ano;
	Natal (25 de Dezembro)	Vivenciar o espírito de Natal;	Sensibilizar para conceitos inerentes a esta data, tais como: partilha, solidariedade, colaboração, ajuda… Identificar o Natal como a celebração do nascimento de Jesus; Promover a participação dos pais nas atividades das Creches;	Preparação e ensaios para a festa de natal; Festa de Natal; Realização de uma lembrança e postal para as crianças; Atividades de expressão plástica, dramática, musical e motora, alusivas ao tema;

Centro de Atividades Tempos Livres

Aprender “a brincar” com Emoções…

O Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL), continuará, em 2020, direcionado a crianças/jovens a partir dos seis anos de idade, de ambos os sexos, visando o seu desenvolvimento e inserção na comunidade, ocupando os tempos livres das crianças, através de atividades estimulantes, criativas e lúdico-pedagógicas. Continuará a funcionar nos períodos para além dos horários escolares, em Tempo Letivo e, durante todo o dia, em Tempo de Férias/Interrupções Letivas, sendo assim uma componente, imprescindível, de apoio às Famílias.

No âmbito do Plano de Atividades Anual - 2020 da Santa Casa da Instituição, vamos desenvolver, no CATL, o Projeto: “***Aprender “a brincar” com Emoções…”*** junto das crianças e, por vezes, dos idosos - utentes da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) e do Centro de Dia (CD). Pretendemos, ainda, concretizar algumas atividades em conjunto com as crianças da Valência de Creche.

O melhor ensinamento que as crianças podem receber, inclusive no CATL, é como reconhecer as emoções e lidar com elas adequadamente. Se as crianças aprenderem a escolher a emoção no momento e de maneira adequada tornam-se capazes de viver a vida em plenitude. Por este motivo escolhemos para o ano de 2020 um projeto que envolva e ajude as nossas crianças a crescer a lidar com as *Emoções*. Assim sendo vamos trabalhar este tema a partir de uma série de atividades lúdicas e pedagógicas, incluindo exercícios de *Riso terapia*. Numa fase inicial é preciso ensinar as crianças a reconhecer as suas emoções, trabalhando as mais básicas, como o **medo**, **alegria**, a **raiva**, a **tristeza**, a **aversão** e a **surpresa**.

O nosso objetivo é que a criança se torne capaz de reconhecer/reagir a cada uma das emoções que está a vivenciar nas mais diversas situações do dia-a-dia da forma mais adequada. No quadro anexo planeamos uma série de atividades “super” interessantes para trabalhar as *Emoções*. Importa referir que poderão surgir alterações no decorrer do mesmo consoante se ache pertinente.

QUADRO DE ACTIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS – *Aprender "a brincar" com Emoções…* Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL) - 2020			
Calendarização	**Tema**	**Objetivos**	**Atividades**
Diariamente	Trabalhos de Casa (Tempo Letivo)	• Colaborar com as famílias • Ensinar a gerir o tempo	• Fazer os trabalhos de casa, durante cerca de meia hora, exceto à 6ª feira
	Jogos de Mesa (Tempo Letivo e Tempo de Férias)	• Desenvolver a atenção, concentração e raciocínio • Adquirir regras • Lazer	• Jogos de Mesa com pares ou em Grupo
	Jogos/Brincadeiras Livres (Tempo Letivo e Tempo de Férias)	• Trabalhar regras e espírito de equipa • Brincar	• Jogos dirigidos ou brincadeiras • Construção de Jogos de Mesa
	Comemoração de Aniversários (Sempre que alguém faz anos)	• Preservar a identidade das crianças • Fomentar o convívio e a amizade • Lazer	• Cantar os Parabéns
Semanalmente	Hora do Conto	• Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio • Estimular a criatividade • Lazer • Brincar	• Leitura de contos, lendas, histórias • Contar histórias oralmente • Dinâmica de Adivinhas e provérbios • Recolha de receitas: Culinária • Dramatizações e fantoches • Canções com mímica • Danças de roda
	Expressão Plástica	• Desenvolver e estimular a imaginação • Desenvolver a motricidade fina e coordenação motora • Expressão através das artes plásticas e dos trabalhos manuais • Evitar o isolamento e o ócio • Incrementar a participação cativa das crianças	• Desenho/Pintura • Recortes/Colagens • Trabalhos Manuais • Escultura / modelagem • Trabalhos com tecidos, linhas, lãs e materiais recicláveis

		• Promover a reciclagem • Lazer	
Quinzenalmente	Atelier de Gerações (Tempo de Férias)	• Explorar o tema do Projeto Anual: ***Aprender "a brincar" com Emoções…*** • Troca de experiências e Aprendizagens • Convívio entre gerações (Lar, Centro de Dia; CATL, Creches) • Desdramatizar a "velhice" • Proporcionar momentos de Alegria e Lazer	• Dinâmicas de Grupo • Comemoração de épocas festivas • Histórias tradicionais/Contos infantis • Recolha de receitas: Culinária • Jogos lúdicos e cognitivos • Recitar de poemas • Leitura de Textos • Dramatizações • Trabalhos manuais • Culinária • Cantares/Danças de Roda • Jogos de Mesa/Jogos Tradicionais • Construção de Brinquedos com materiais recicláveis • Jardinagem
	Biblioteca Municipal (Tempo de Férias)	• Ir à Ludoteca • Ir ao Cinema • Ter oportunidade de aceder à Internet em Grupo • Manter contacto com os livros • Proporcionar experiências diferentes	• Ida à Biblioteca Municipal • Visionamento de filmes • Pesquisar, manusear e requisitar livros • Aceder à Internet em Grupo
Mensalmente	Biblioteca Itinerante (Tempo de Férias)	• Manter contacto com os livros • Proporcionar experiências diferentes	• Ida à Biblioteca Itinerante
	Aprender "a brincar" com Emoções…	• Explorar o tema do Projeto • Envolver Famílias/Comunidade • Proporcionar novos conhecimentos e sensações	• Dinâmica sobre uma *Emoção*

	Aprender "a brincar" com Emoções…	• Proporcionar novas experiências • Convívio entre Gerações/Comunidade • Lazer	• Ateliers diversos acerca das *Emoções Básicas:* o medo, a alegria, a raiva, a tristeza, a aversão e a surpresa.
Janeiro	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** 2 de Janeiro	• Incentivar à participação nas atividades por parte das crianças • Exprimir emoções e sentimentos de forma verbal • Desenvolver o vocabulário • Brincar	• Painel Ano Novo e Paz • Explorar o tema do Projeto • Brincadeiras no Parque das Águas Romanas
	Dia de Reis 6 de Janeiro	• Proporcionar experiências diferentes • Ir de encontro ao tema do Projeto Anual • Preservar a tradição dos "Reis" • Proporcionar Convívio e Lazer	• Construir uma coroa de reis com material reciclado; • Contar a história dos reis; • Cantar as janeiras aos idosos; • Fazer um Lanche de "Reis"
	O Inverno 2ª e 3ª semana de Janeiro	• Tomar consciência de diferentes ritmos e sucessões do tempo • Despertar a curiosidade pela compreensão do meio físico e social	• Painel decorativo sobre o Inverno • Recolha de receitas, provérbios, lengalengas, poesias, grafismos e canções • Exploração e utilização de materiais de forma, cor e texturas diferentes
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Internacional do Riso (18.01) 17 de Janeiro	• Trabalhar emoções positivas para ficar com um registo harmónico ao nível emocional • Estimular a criatividade • Rir	• Exercícios de "Riso terapia"

Fevereiro	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** Dia Escolar da Não-Violência e da Paz 30 de Janeiro	• Compreender a importância da tolerância, da amizade, do companheirismo e da paz	• Elaboração de mensagens • Distribuição das mensagens pela Comunidade Escolar
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia do Amor (São Valentim) 14 de Fevereiro	• Valorizar o Amor • Valorizar o tema do Projeto Anual • Promover o Convívio	• Jogos Interativos • Decoração da Sala • Visionamento de filme
	Comemoração do Carnaval 24 de Fevereiro	• Promover o convívio entre Gerações e a Comunidade • Proporcionar novas experiências • Lazer	• Desfile pela Vila e no Lar de Idosos, com utentes de Lar, CD e Voluntários • Lanche Convívio
Março	Dia Internacional da Mulher 8 de Março	• Reconhecer a importância da figura feminina na Sociedade	• Realização de um postal para uma mulher especial.
	Dia do Pai - 19 de Março 11 a 18 de Março	• Fomentar o sentimento de amor filial/paternal	• Realização de lembrança e postal para oferecer ao pai
	Dia mundial da Árvore e da Floresta (21 de Março) 20 de Março	• Comemorar o Dia Mundial da Árvore e da Floresta • Partilhar experiências	• Plantação em vaso
	Dia Mundial da Poesia (21 de Março) 20 de Março	• Comemoração do Dia Mundial da Poesia • Estimular a concentração e a memória • Lazer	• Recitar poema / Cantar

	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial do Livro Português (26 de Março)	• Comemoração do Dia Mundial do Livro Português • Valorizar o tema do Projeto Anual • Lazer	• Construção de um "livro de emoções com movimento"
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia do Mundial do Teatro (27 de Março)	• Sensibilizar as crianças para o Teatro como forma de comunicação • Promover convívio e a coesão do grupo	• Dramatizações • Brincadeiras com "Emoções"
Abril	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** (Páscoa) 1ª e 2ª semana de Abril	• Explorar o tema do Projeto Anual • Fomentar novos conhecimentos • Desenvolver a criatividade	• Decoração de Páscoa • Elaboração de porta Ovos de Páscoa
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia das Mentiras 01 de Abril	• Explorar o tema do Projeto Anual • Promover a brincadeira, mas fazer perceber o perigo da mentira	• Dinâmica de Grupo
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial da Saúde 07 de Abril	• Explorar o tema do Projeto Anual • Convívio entre gerações • Lazer	• Atelier de Gerações no Lar de Idosos
	Aprender "a brincar" com Emoções… 08 de Abril	• Visitar novos locais • Fomentar novos conhecimentos • Promover o Convívio	• Passeio ao ***Feijão Verde FunPark*** Coimbra
	Aprender "a brincar" com Emoções… 09 de Abril	• Explorar o tema do Projeto Anual • Lazer	• Atelier de Pintura

	Páscoa 13 de Abril	• Destreza manual • Conhecer o significado "Páscoa", hábitos e costumes • Estimular a imaginação • Brincar	• *Caça aos Ovos* no Parque das Águas Romanas • Decoração da Sala • Elaboração de Painel "Páscoa"
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia do Beijo 13 de Abril	• Explorar o tema do Projeto Anual • Sentir e perceber emoções diferentes	• Hora do Conto • Expressão Plástica
	Dia Mundial do Livro 23 de Abril	• Desenvolver a imaginação e a criatividade • Lazer	• Hora do Conto • Construção de marcador de livros
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial da Dança 29 de Abril	• Proporcionar novas experiências • Lazer	• Sessão de Dança • Painel: As emoções que sentimos com a Dança…
Maio	Dia da Mãe 03 Maio Última semana de Abril	• Fomentar o sentimento de amor filial/maternal	• Realização de postal e lembrança para oferecer à Mãe
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia da Família 15 de Maio	• Promover a interação e união entre famílias • Lazer • Convívio	• Construção de Painel "Família" • Lanche Partilhado
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Internacional do Brincar 28 de Maio	• Explorar o tema do Projeto Anual • Sentir e perceber emoções diferentes	•Tarde de Brincadeiras

Junho	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** Dia Mundial da Criança 1 de Junho	• Valorizar o papel da Criança • Lazer • Brincar	•Brincadeiras Livres •Oferta para as crianças
	Dia Mundial do Ambiente 5 de Junho	● Estimular a criatividade ● Fomentar a utilização de materiais recicláveis	● Realizar Painel com materiais recicláveis ● Hora do Conto
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Internacional do Pânico 18 de Junho	• Explorar o tema do Projeto Anual • Perceber emoções diferentes	• Painel: "O Pânico" • História • Desenho e pintura
	"Início de Férias…" 22 de Junho	• Desenvolver a criatividade e a imaginação • Promover a interação e o convívio	• Painel "As Férias chegaram" • Passeio / Jogos no Parque das Águas Romanas
	Aprender "a brincar" com Emoções… Comemoração de Santos Populares 13 a 29 de Junho	• Conhecer tradições	• Decoração da Sala alusivo ao tema; • Marchas Populares no Lar de Idosos
	Aprender "a brincar" com Emoções… 26 de Junho	• Proporcionar novas experiências • Explorar o tema do Projeto Anual • Lazer	• Ida ao Parque Verde do Espinhal - **Arvorismo**
	Aprender "a brincar" com Emoções… 30 de Julho	• Desenvolver a criatividade • Promover a interação e o convívio entre gerações	• Ida ao Lar de Idosos: Hora do Conto: Dinâmica de Provérbios e adivinhas • Culinária
	Aprender "a brincar" com Emoções…	• Explorar o tema do Projeto Anual • Rir	• Hora do Conto: "Piadas sobre animais" / "Piadas Secas"

Julho	Dia Internacional da Piada 01 de Julho		• Exercício de Riso terapia
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial do Chocolate 07 de Julho	• Proporcionar atividades diferentes	• Culinária: Salame de Chocolate
	Aprender "a brincar" com Emoções… 07 de Julho	• Explorar o tema do Projeto Anual • Promover atividades entre Instituições	• Atelier de Dança na CERCI
	Aprender "a brincar" com Emoções… Verão 08 de Julho	• Participar em atividades de acordo com a estação do ano • Passear e Brincar	• Passeio à ***Praia da Gala*** • Piquenique
	Aprender "a brincar" com Emoções… 16 de Julho	• Proporcionar novas experiências	• Atelier de Gesso Perfumado
	Dia do Amigo 20 de Julho	• Explorar o tema do Projeto Anual • Provocar novas ***Emoções***	• Jogo do Amigo Secreto
	Aprender "a brincar" com Emoções… 15 de Julho	• Valorizar o tema do Projeto Anual • Promover a interação e o convívio interjecional • Lazer	• ***Desfile de Moda*** no Lar de Idosos
	Verão 22 de Julho	• Participar em atividades de acordo com a estação do ano • Passear e Brincar	• Passeio à ***Praia das Rocas***
	Dia dos Avós -26 de Julho 27 de Julho	• Promover a interação e o convívio interjecional entre utentes de várias Valências e familiares • Lazer	• Elaboração de postal para os "Avós" • Ida ao Lar de Idosos: Dinâmicas de Grupo / Brincadeiras
	Aprender "a brincar" com Emoções… Verão	• Participar em atividades de acordo com a estação do ano • Passear e Brincar	• Jogos e Brincadeiras no Parque das Águas Romanas • Piquenique

Agosto	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** 05 de Agosto	• Promover a interação e o convívio interjecional • Lazer	• Ida ao Lar: Cantigas e Danças de Roda • Jogos
	Aprender "a brincar" com Emoções… Verão 07 de Agosto	• Valorizar as Piscinas Naturais do Concelho • Promover o bem-estar das crianças • Lazer /Brincar	• Passeio às Piscinas Naturais da Louçainha • Piquenique • Jogos aquáticos
	Aprender "a brincar" com Emoções… Festa de Verão 14 de Agosto	• Valorizar as Piscinas Naturais do Concelho • Promover o bem-estar das crianças • Lazer /Brincar	• ***Festa de Verão*** nas Piscinas Naturais da ***Louçainha*** • Almoço Convívio • Brincadeiras
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial da Fotografia 19 de Agosto	• Proporcionar momentos de Convívio • Proporcionar novas experiências	• Tirar Fotografias • Elaborar um Painel com as Fotografias
	Aprender "a brincar" com Emoções… 21 de Agosto	• Promover o bem-estar das crianças • Lazer /Brincar	• Caminhada • Piquenique • Brincadeiras e jogos
	Início do novo Ano Letivo (1ªs semanas de Setembro)	• Dar as Boas-vindas a novos utentes • Promover o bem-estar das crianças • Contribuir para o conhecimento e aquisição de regras de funcionamento do CATL	• Integração das novas crianças do CATL • Painel de Regras do CATL • Construção de pastas para arquivo de trabalhos a fazer

Setembro	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** 3 de Setembro	• Proporcionar novas experiências e alargar conhecimentos • Proporcionar momentos de Convívio Intergeracional • Lazer / Brincar	• Jogos Tradicionais no Parque das Águas Romanas com Utentes de Lar e Centro de Dia • Jogos intergeracionais • Almoço Convívio
	Aprender "a brincar" com Emoções… 08 de Setembro	• Explorar o tema do Projeto Anual • Causar novas Emoções • Proporcionar momentos de Convívio Intergeracional	• Aula de Dança na CERCI Penela
	Aprender "a brincar" com Emoções… 09 de Setembro	• Valorizar o Património do Concelho • Lazer	• Atelier "***Ciclo do Pão" na Ferraria do São João***
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial da Gratidão 21 de Setembro	• Explorar o tema do Projeto Anual • Criar hábitos de Boa Educação	Dinâmica de Grupo
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial do Coração – 27.09.19 28 de Setembro	• Sensibilizar para a prática de hábitos saudáveis • Incutir a prática de exercício físico de forma regular	• Painel • Sessão de Ginástica
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial do Idoso e da Música 1 de Outubro	• Sensibilizar as crianças para questões do envelhecimento • Desmistificar algumas crenças e preconceitos em relação ao tema • Lazer	• Painel acerca do Tema: Idoso • Oferta de arranjo floral e cartão aos utentes do Lar de Idosos • Canções

Outubro	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** Dia Mundial do Sorriso 2 de Outubro	• Explorar o tema do Projeto Anual • Sorrir / Rir	• Elaboração de mensagens que possam provocar um sorriso a alguém e fazer troca das mensagens / Sorrisos • Exercício de "Riso terapia"
	Dia Nacional dos Castelos 7 de Outubro	• Fomentar curiosidade • Estimular a imaginação • Lazer	• Construir um castelo com materiais diversos • Lenda "Pé Nela"
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial dos Correios 9 de Outubro	• Valorizar a escrita e os Correios • Estimular a expressão escrita • Desenvolver e estimular as capacidades de raciocínio, o vocabulário e a memória • Despoletar algumas Emoções	• Escrever uma carta a alguém • Ida ao Correio colocar as cartas
	Aprender "a brincar" com Emoções… Dia Mundial da Alimentação 16 de Outubro	• Conhecer e ouvir novas histórias • Envolver famílias	• Leitura de uma história • Concurso: Lanche Saudável
	Aprender "a brincar" com Emoções… Halloween - 31 de Outubro 30 de Outubro	• Dar a conhecer tradições de outros países • Fazer sentir *Emoções* diferentes • Brincar	• Decoração da Sala • Lanche de Halloween • História "Assustadora"
Novembro	***Aprender "a brincar" com Emoções…*** Dia de S. Martinho 11 de Novembro	• Promover o convívio • Conhecer tradições	• Hora do Conto • Lanche Convívio
	Natal (Última semana de Novembro)	• Desenvolver a criatividade e a imaginação • Participar em Eventos da Instituição	• Preparação e ensaio de "peça" para Festa de Natal

Dezembro	Natal (1ª semana de Dezembro)	• Desenvolver a criatividade e a imaginação • Desenvolver a motricidade • Participar em Eventos da Santa Casa	• Construção de peça para o "Concurso de Natal" da Instituição
	Aprender "a brincar" com Emoções… Natal 2ª semana de Dezembro	• Promover e estimular a imaginação • Explorar a criatividade de cada criança	• Elaboração de postais de Natal
	Aprender "a brincar" com Emoções… Natal 16 de Dezembro	• Envolver as famílias nas atividades da Instituição • Fomentar a participação dos utentes • Proporcionar momentos de Convívio • Lazer	• Festa de Natal – CATL e Creches
	Natal 2ª e 3ª semanas de Dezembro	• Fomentar o sentido de Solidariedade • Dar a conhecer realidades de outras crianças • Proporcionar momentos de partilha	• Recolha de brinquedos • Oferta de brinquedos a Instituição com Resposta Social de crianças carenciadas
	Natal 22 de Dezembro	• Fomentar nas crianças a vivência do Natal em espírito de família e solidariedade • Lazer • Brincar	• Culinária: Biscoitos de Natal para Lanche Convívio • Visita ao Lar de Idosos
	Aprender "a brincar" com Emoções… Natal 29 de Dezembro	• Promover interação entre utentes de diferentes gerações • Estimular a participação e a criatividade	• Ida ao Lar de Idosos: Hora do Conto • Jogos
	Aprender "a brincar" com Emoções… Natal 27 de Dezembro	• Proporcionar momentos diferentes • Estimular a Imaginação	• Ida ao Cinema
	Aprender "a brincar" com Emoções… 30 de Dezembro	• Proporcionar novas experiências • Lazer	• Visita ao *Penela Presépio 2020*

Gerontologia

A Santa Casa da Misericórdia de Penela no âmbito da sua missão de satisfação de carências sociais, desenvolve um leque muito alargado de respostas sociais no concelho de Penela, onde se enquadram os serviços prestados às pessoas idosas e suas famílias. O Setor de Gerontologia agrega de forma articulada as seguintes respostas sociais:

- Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, com capacidade para 73 utentes;
- Centro de Dia, com capacidade para 18 utentes;
- Serviço de Apoio Domiciliário, com capacidade para 55 utentes;

Estas respostas sociais funcionam ligadas entre si, preconizando-se uma gestão organizacional eficaz dos recursos, para obtenção de serviços de qualidade destinados aos utentes e suas famílias.

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)

A ERPI é uma Resposta Social destinada ao alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, em que sejam desenvolvidas atividades de apoio social, convívio e animação e prestados cuidados de saúde, higiene e conforto. Tem por missão ser uma «casa de família» dos seus utentes, que, necessitam de assistência e apoio, contribuindo para a estabilização, autonomia ou estimulação do envelhecimento ativo e integração social. Tem uma capacidade definida para 73 utentes.

Tem como objetivos principais:

a) A harmonia entre os hábitos e os costumes que traduzem a história de cada idoso preservando a sua individualidade e privacidade;
b) A ligação dos utentes com os seus familiares, amigos e comunidade, como desenvolvimento de uma vida afetiva, estimulante e equilibrada;
c) A procura permanente de soluções que possam complementar internamento, desde que tenham o acordo do idoso e seus familiares;

d) A participação dos idosos na organização e na vida da ERPI, como pessoas portadoras de um projeto de vida com capacidade de iniciativa e criatividade;
e) O convívio entre os idosos e destes com outros grupos, favorecendo uma participação efetiva na vida da comunidade;
f) A concretização de atividades individuais ou de grupo, em correspondência com os interesses manifestados pelos idosos, possibilitando um projeto de vida com qualidade;
g) Articulação com os serviços de saúde, que permita uma correta ação preventiva e uma adequada resposta em caso de doença.
a) 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;
b) Apoio no desempenho das atividades da vida diária;
c) Cuidados de enfermagem.

Centro de Dia

Esta resposta destina-se a atender idosos que se encontrem inseridos no seu meio sociofamiliar, mas que se encontrem em risco de acelerar ou degradar o seu processo de envelhecimento. Contribui para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar e na comunidade onde se inserem.

Presta um conjunto de serviços que satisfazem as necessidades básicas dos utentes, presta apoio psicossocial, fomenta as relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento.

Serviço de Apoio Domiciliário

Ao falarmos de Apoio Domiciliário temos em mente a satisfação dos serviços básicos como a alimentação, higiene pessoal e habitacional e tratamento de roupas, serviços estes prestados aos idosos que se encontram nas suas residências e que veem as suas capacidades físicas ou mentais limitadas.

Depois de suprir tais necessidades o ser humano por natureza procura algo mais e é aqui que nos deparamos com as necessidades de animação, as quais fazem renascer o seu sentimento de pertença à comunidade e a sua autoestima.

No decurso da prestação dos cuidados constatamos que os idosos necessitam também, de quem lhes faça companhia de que quem estimule os seus interesses e sobretudo de quem os escute. Neste sentido a Santa Casa apresenta uma equipa empenhada e dedicada que diariamente leva a cada um o sorriso e o conforto de um carinho e de boa disposição e dois dedos de conversa. O que muitas vezes é a única ligação ao exterior.

No âmbito destas respostas sociais são realizadas ações que estimulam a participação ativa dos utentes e promovem a sua autonomia a vários níveis: cultural, psicológico, social e afetivo. Promove-se a sua estimulação cognitiva, desenvolvem-se atividades lúdicas, de expressão física, de caracter religioso, realizam-se saídas e passeios diversificados faz-se atendimento personalizado.

Assim o plano de atividades é um guião da nossa atuação ao longo do ano, onde encontramos as linhas gerais orientadoras das atividades e dos serviços com vista ao cumprimento da missão desta instituição

ACTIVIDADES MULTIDISCIPLINARES			
Calendarização	**Tema**	**Objetivos**	**Atividades**
Semanal	Animação Cognitiva	• Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual • Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio • Contribuir para a melhor qualidade de vida de cada utente • Estimulação • Lazer	• Hora do Conto • Conversas soltas • Atelier de Memória • Estimulação • Culinária • Cantinho das Notícias • Oficina da Escrita • Tradição Oral • Expressão Dramática • Jardinagem
	Cuidar do Nosso Lar…	• Valorizar o papel do utente na Instituição • Atribuir responsabilidade e incluir os utentes na "Vida" do Lar • Cuidar do Espaço do Lar	• Cuidar das plantas: regar, tirar ervas, mudar terra, etc.
	Expressão Física e Desenvolvimento Psicossocial	• Desenvolver as capacidades físicas • Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer • Favorecer o desenvolvimento psicomotor • Aquisição de novas experiências • Melhorar a qualidade de vida de cada utente	• Ginástica do Idoso • Caminhadas • Dinâmicas de Grupo • Motricidade Fina e Grossa • Boccia • Jogos
	Atividades Lúdicas	• Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer • Proporcionar momentos lúdicos • Convívio	• Jogos Lúdicos e Cognitivos • Jogos de Mesa • Comemoração de Datas Festivas

		• Lazer	• Cantares • Dança • Descasque de maçã
	Expressão Plástica	• Desenvolver e estimular a imaginação • Desenvolver a motricidade fina e coordenação motora • Expressão através das artes plásticas e dos trabalhos manuais • Evitar o isolamento e o ócio • Incrementar a participação ativa dos utentes • Ocupação dos tempos livres • Reaproveitamento de materiais	• Trabalhos Manuais • Desenho/Pintura • Recortes/Colagens • Escultura • Trabalhos com tecidos linhas e lãs • Crochet • Costura
	Biblioteca Municipal	• Valorizar os Serviços do Município • Realizar atividades diferentes • Fomentar contacto com Comunidade	• Ida à Biblioteca Municipal • Leitura • Debates • Jogos/Viagens Virtuais
	Grupo de Cantares da Santa Casa da Misericórdia	• Valorizar o ativo dos utentes • Proporcionar momentos de convívio entre utentes, voluntários e colaboradores • Reavivar memórias • Lazer	• Ensaio do Grupo de Cantares da Santa Casa da Misericórdia
	atividades Religiosas	• Manter/Promover hábitos religiosos	• Oração • Distribuição da Sagrada Comunhão (domingo) • Rezar o Terço
	Atelier de Gerações	• Troca de experiências e aprendizagens • Convívio entre gerações (ERPI, CD, CATL, Creches)	• Realização de atividades com utentes das Valências de Centro de atividades de Tempos Livres (CATL), familiares,

Quinzenal		• Desdramatizar a "velhice" • Proporcionar momentos de Alegria e Lazer	pessoas da Comunidade de diferentes faixas etárias Realização de Ateliers em conjunto com as crianças de CATL, segundo o projeto lúdico-pedagógico ***Aprender "a brincar" com Emoções…***
	Cinema	• Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual • Estimulação • Lazer	• Visionamento de filme
	Passeios na Vila	• Favorecer o desenvolvimento psicomotor • Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer • Valorizar os espaços públicos de Penela	• Caminhada • Passeio à Praça da República • Passeio ao Parque das Águas Romanas • Passeio ao Castelo • Convívio/Contacto com a Comunidade Penelense • Lanche em Pastelaria, Restaurante e Hotel
Mensal	Comemoração dos aniversários dos utentes	• Preservar a identidade dos idosos • Fomentar confraternização entre utentes	• Elaboração do Calendário de Aniversários • Confeção de bolo para o lanche • Cantar os Parabéns
	Biblioteca Itinerante	• Manter contacto com os livros • Proporcionar experiências diferentes	• Ida à Biblioteca Itinerante
	Eucaristia	• Manter/Promover hábitos religiosos	• Celebração da Eucaristia na 1ª quarta-feira de cada mês, pelo pároco
	À descoberta do Concelho…	• Valorizar o Património do Concelho	• Passeio pelas aldeias dos Utentes/ Locais Turísticos do Concelho

		• Valorizar a identidade dos utentes e as suas raízes • Visita aos vizinhos • Lazer	• Lanches Convívio em alguns Locais / Residências
Trimestral	Exposição de Fotografia	• Valorizar o papel dos utentes • Dar a conhecer atividades realizadas pelos utentes •	• Exposição de Fotografias
Janeiro	Início do Ano (2 de Janeiro)	• Incentivar à participação nas atividades por parte dos utentes • Exprimir emoções e sentimentos de forma verbal • Desenvolver o vocabulário	• Painel Ano Nove e Paz • Conversa informal sobre a passagem de ano
	Dia Mundial do Braille (4 de Janeiro) – 3 de Janeiro	• Trocar experiências e aprendizagens	• Conversa/Partilha de conhecimentos porta parte de um utente que vive com essa problemática.
	Dia de Reis 6 de Janeiro	• Desenvolver a criatividade e as capacidades artísticas e plásticas • Valorizar o papel ativo de cada utente • Promover o convívio interjecional • Proporcionar momentos de alegria • Convívio • Lazer	• Decoração de embalagens para acondicionamento de *Bolo Rei* para utentes de SAD • Ida de um grupo de idosos cantar os Reis ás várias valências da Instituição • Contar a história dos 3 Reis Magos • Fazer Bolo Rei/Bolo Rainha • "Desfile de Reis" pelas crianças da Creche • Cantigas de Reis • Lanche Convívio

	Vamos Cantar as Janeiras (09 de Janeiro)	• Promover o convívio entre utentes de ERPI e CD com utentes de outra Instituição • Lazer	• Ida à Estalagem do Espinhal: Cantar as Janeiras
	Vamos Cantar as Janeiras (16 de Janeiro)	• Promover o convívio entre utentes de ERPI e CD com utentes de outra Instituição • Lazer	• Ida ao Centro de Dia da Cumeeira (Cáritas): Cantar as Janeiras
	Dia Internacional do Riso (18 de Janeiro)	• Promover o convívio entre utentes de ERPI e CD com utentes de outra Instituição • Lazer	• Riso terapia • Preparar um grupo para contar anedotas
	Vamos Cantar as Janeiras (23 de Janeiro)	• Promover o convívio entre utentes de ERPI e CD com utentes de outra Instituição • Lazer •	• Ida ao Lar de Idosos Oliveira Guimarães - Espinhal: Cantar as Janeiras
	Dia Mundial do Puzzle (29 de Janeiro)	• Proporcionar momentos lúdicos • Promover a motricidade fina	• Tirar uma fotografia de grupo aos utentes e mandar imprimir em Puzzle para eles poderem montar e expor na sala. •
	Dia da Saudade (30 de Janeiro)	• Contacto com novas tecnologias • Exprimir emoções e sentimentos de forma escrita • Treino da escrita •	• Ida à Biblioteca Municipal: Viajar na Internet • Escrever uma carta a alguém especial
	Dia Mundial do Mágico 31 de Janeiro	• Proporcionar momentos lúdicos	• Truques de Magia

Fevereiro	Dia Mundial da Nutella 5 de Fevereiro	• Proporcionar novas experiências	• Fazer crepes com nutella
	Comemoração do Dia do Amor/ Amizade/Dia de S. Valentim (14 de Fevereiro)	• Estimular as capacidades técnico-manuais dos utentes • Exprimir emoções e sentimentos • Proporcionar novas experiências • Promover o convívio interjecional	• Troca de cartões entre utentes • Visionamento de Filme
	Comemoração do Carnaval (24 de Fevereiro)	• Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências do meio sociocultural • Desenvolver a capacidade lúdica • Promover o convívio entre utentes das várias Valências e a Comunidade • Proporcionar novas experiências • Lazer	• Elaboração de adereços de Carnaval • Decoração da Sala de Convívio de ERPI • Decoração do Espaço do Baile • Baile de Máscaras com utentes de Lar, Centro de Dia, SAD, crianças do CATL e Voluntários • Lanche Convívio
	Dia Internacional da Mulher (1ª semana de Março)	• Valorizar o papel da mulher na Sociedade • Motricidade fina e grossa	Elaboração de lembrança (flor) para utentes de SAD
	Dia Internacional da Mulher (8 de Março)	• Comemoração do Dia Internacional da Mulher • Valorizar o papel da mulher na Sociedade • Promover interação entre utentes de ERPI, CD e UCC	• Visionamento de um filme sobre o dia da Mulher. Sessão de maquilhagem e manicure.
	Dia do Pai (19 de Março)	• Valorizar o papel do utente enquanto Pai	• Lanche Convívio entre pais e filhos.

Março	Dia mundial da Árvore e da Floresta (21 de Março)	• Comemorar o dia mundial da árvore e da floresta • Partilhar experiências	• Plantação de uma árvore
	Dia Mundial da Poesia (21 de Março)	• Comemoração do dia mundial da poesia • Estimular a concentração e a memória	• Recitar um poema
	Dia do Mundial do Teatro (27 de Março)	• Estimular a criatividade • Promover convívio e a coesão do grupo	• Assistir a uma peça de Teatro, grupo convidado.
	Dia Nacional dos Centros Históricos (30 de Março)	• Promover o convívio • Gerir Expectativas • Promover as relações interpessoais	• Visitar o Centro Histórico de Coimbra
	Comemoração do Dia Mundial da Atividade Física (6 de Abril)	• Desenvolver e estimular as capacidades físicas e a motricidade dos utentes • Promover o convívio e o bem-estar	• Zumba Sénior
	Dia Mundial da Saúde (7 de Abril)	• Promoção da Saúde • Prevenir e sensibilizar para os bons hábitos de saúde	• Sessão de Esclarecimento • Rastreios

Abril	Semana da Páscoa (08 de Abril)	• Respeitar valores e crenças religiosas • Proporcionar momentos diferentes	• Visionamento de um filme sobre a vida de Jesus
	Véspera de Páscoa (9 de Abril)	• Promover o convívio e o bem-estar	• Confecionar folares de Páscoa
	Páscoa (12 de Abril)	• Respeitar valores e crenças religiosas	• Via Sacra
	Páscoa (12 de Abril)	• Respeitar valores e crenças religiosas	• Celebração da Eucaristia
	Caça aos Ovos (13 de Abril)	• Proporcionar momentos diferentes, de alegria	• Caça aos ovos de Páscoa
	Dia Internacional do Café 14 de Abril	• Promover o convívio • Proporcionar momentos diferentes • Proporcionar novas Experiências	• Levar os utentes a um café.
	Dia Mundial do Livro (23 de Abril)	• Desenvolver a imaginação e a criatividade • Lazer	• Ida à Biblioteca Municipal/Ida a uma Feira do Livro
	Dia da Liberdade (25 de Abril)	• Conhecer, ouvir, contar histórias • Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade • Criar um espaço de convívio e de bem-estar que possibilite a criação de sentimentos de utilidade entre os utentes.	• Visionamento de um filme sobre a revolução dos cravos. • Reflexões sobre o antes da revolução dos cravos.

	Dia Mundial da Dança – 29 de Abril (29 de Abril)	• Promover o convívio • Proporcionar momentos diferentes, de alegria	• Convidar o grupo das Concertinas
Maio	Dia do Trabalhador (1 de Maio)	• Criar um espaço de convívio e de bem-estar que possibilite a criação de sentimentos de utilidade entre os utentes.	• Momento de reflexão sobre as profissões que estão a decair.
	Dia da Mãe – 3 de Maio (1ª semana de Maio)	• Valorizar o papel da utente enquanto "mãe"	• Decoração de sabonetes para utentes de SAD
	Festa Sr.ª da Misericórdia (3 de Maio)	• Promover a interação e união entre utentes e famílias • Valorizar o papel do utente na Família • Promover o bem-estar e lazer	• Festa da Família
	Aparições de Fátima (13 de Maio)	• Manter/Promover hábitos religiosos	• Visualização das Celebrações da Fátima
	Dia Internacional da Família (15 de Maio)	• Valorizar e assinalar o Dia da Família	• Fazer uma banquinha de venda de produtos feitos pelos utentes (compotas, peças de gesso). •
	Dia Mundial da Internet (17 de Maio)	• Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade • Promover o contacto com as novas tecnologias	• Escreverem cartas através de um computador e tentar fazer videochamadas.
	Dia Mundial da Pastelaria (17 de Maio)	• Potenciar a aprendizagem e a formação ao longo da vida	• Confeção de um doce e/ou croissants

	Dia Mundial das Abelhas (20 de Maio)	• Promover o contacto com novas experiências • Potenciar a aprendizagem e a formação ao longo da vida	• Visitar/convidar algum profissional que fabrique mel.
	Fátima (21 de Maio)	• Valorizar hábitos religiosos • Lazer	• Passeio a Fátima com utentes de ERPI, CD e SAD • Almoço Convívio
	Dia Europeu dos Parques Naturais (24 de Maio)	• Promover o convívio • Promover as relações interpessoais	• Preparar um lanche num Parque Verde
Junho	Dia Mundial do Ambiente (5 de Junho)	● Estimular a criatividade ● Valorizar o Ambiente	● Conversa acerca do tema Jogo de tabuleiro
	Dia Mundial dos Oceanos 8 de Junho	● Valorizar o Ambiente	● Sensibilizar para a não utilização dos plásticos e os prejuízos que tem para os oceanos
	Dia de Portugal 10 de Junho – 11 de Junho	• Promover a interação entre utentes	● Sensibilizar para o dia de Portugal
	Comemoração de Santos Populares - 13 de Junho 15 de Junho	• Recordar tradições • Lazer	• Sardinhada no Convento de Santo António • Tarde de “Festa Popular” no Convento de Santo António, com utentes de ERPI, CD e SAD

	Dia Internacional do Picnic 18 de Junho	• Promover o convívio.	• Fazer um picnic com os utentes.
	Dia Internacional do Yoga 21 de Junho – 22 de Junho	• Favorecer o desenvolvimento psicomotor • Melhorar a qualidade de vida de cada utente	• Promover uma sessão de Yoga com um professor convidado.
	Comemoração de Santos Populares (24 de Junho)	• Partilha de experiências • Lazer	• Tarde de "Festa Popular" com Voluntários e crianças de CATL • Lanche Convívio
Julho	Dia Mundial das Bibliotecas 1 de Julho	• Promover momentos Lúdicos • Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual	• Ida à Biblioteca Municipal
	Dia Mundial do Chocolate 7 de Julho	• Desenvolver a motricidade fina e coordenação motora • Adquirir novas experiências	• Confecionar Bolo de Chocolate/Bombons de chocolate
	Ida à praia 8 de Julho	• Promover o convívio	• Ida à praia
	Dia Mundial da Pizza 10 de Julho	• Desenvolver a motricidade fina e coordenação motora • Adquirir novas experiências	• Confecionar pizzas para o lanche.
	Dia do Amigo *20 de Julho*	• Promover a Comunicação • Evitar o isolamento • Promover o convívio e as relações interpessoais	• Promover troca de cartas com utentes de outras Instituições. Intercâmbio entre Instituições.

	Dia Mundial dos Avós (26 de Julho)	• Promover o ajustamento emocional. • Evitar o isolamento	• Convidar os netos dos utentes para passarem a tarde com os avós
	Dia Mundial dos Avós 27 de Julho	• Promover a interação e o convívio interjecional entre utentes de várias Valências e familiares • Lazer	• Convívio com as crianças do CATL
	Dia Internacional do Amigo 30 de Julho	• Promover relações interpessoais	• Promover o intercâmbio entre utentes de ERPI e utentes de SAD, visitas aos utentes de SAD.
Agosto	Dia Mundial da Fotografia 19 de Agosto	• Adquirir novas experiências • Promover as relações interpessoais	• Exposição de Fotografia • Arranjar máquinas descartáveis para os utentes tirarem fotos entre eles.
	Dia Internacional da Igualdade Feminina 26 de Agosto	• Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade.	• Elaborar um painel sobre a igualdade feminina antigamente e na atualidade
Setembro	Vindimas (18 de Setembro)	• Relembrar hábitos e ofícios • Proporcionar momentos de convívio aos utentes com a Comunidade • Lazer	• Passeio e Participação / assistir a vindima
	Dia Mundial da Doença de Alzheimer 21 de Setembro	• Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade.	• Visionamento de um filme sobre esta temática da alzheimer. • Explorar este tema, falar sobre medos e receios desta temática.
	Dia Mundial da Gratidão 21 de Setembro	• Promover as relações interpessoais	• Reflexões da importância de estarmos gratos.
	Dia Mundial dos Rios 25 de Setembro	• Promover a interação e o convívio	• Ida a uma Praia Fluvial

	Dia Mundial do Sonho 25 de Setembro	• Valorizar o papel do utente	• Escreverem sonhos que tiveram, que ainda têm e os que conseguiram realizar
	"Stand de São Miguel" (durante o mês de Setembro)	• Valorizar o papel do utente • Estimular a criatividade e imaginação dos utentes • Participar na festa do Município	• Preparação de Stand de São Miguel
	Dia Mundial do Coração (29 Setembro) 30 de Setembro	• Sensibilizar para a prática de hábitos saudáveis • Incutir a prática de exercício físico	• Convidar algum especialista da área a vir falar sobre o tema.
	Feira do Livro – São Miguel (28 de Setembro)	• Promover a escuta ativa e a partilha de histórias e recordações • Lazer • Participar na Festa do Município	• Visita à Feira do Livro • Assistir à Hora do Conto
	São Miguel (28 de Setembro)	• Participar na Feira de São Miguel • Valorizar as Tradições do Concelho • Convívio com a Comunidade • Lazer	• Ida ao "São Miguel"
	Dia Mundial do Idoso (1 de Outubro)	• Comemoração do Dia Mundial do Idoso • Convívio • Lazer	• Jogos Tradicionais
	Dia Mundial dos Animais 4 de Outubro	• Adquirir novas experiências	• Convidar um cão de assistência/Cães das equipas cinotécnicas da GNR.
	Dia Nacional dos Castelos (7 de Outubro)	• Fomentar curiosidade • Estimular a imaginação • Lazer	• Visita a um Castelo e fazer um picnic com os utentes
	Dia Mundial da Visão 8 de Outubro	• Promoção de saúde	• Convidar alguém para vir fazer um rastreio.

Outubro	Dia Mundial dos Correios (9 de Outubro)	• Valorizar a escrita e os Correios • Estimular a expressão escrita • Desenvolver e estimular as capacidades de raciocínio, o vocabulário e a memória	• Escrever uma carta a um familiar que esteja no estrangeiro
	Dia Mundial da Alimentação (16 de Outubro)	• Elucidar os utentes sobre a importância de uma alimentação saudável • Promoção de saúde	• Reflexão sobre o tema da alimentação. Painel sobre Mitos e verdades.
	Dia Mundial do Pão 16 de Outubro	•	• Ida a uma Padaria/Confecionar pão com os utentes
	Dia Mundial da 3ª idade 28 de Outubro	• Promover o convívio • Promover as relações interpessoais	• Campeonato de Bóccia com outras Instituições do Concelho • Lanche convívio
Novembro	Dia de Todos os Santos – 1 de Novembro (30 de Outubro)	• Reviver tradições, hábitos e costumes	• Preparação de nozes para merendeiras doces
	Dia Mundial do Cinema 5 de Novembro	• Lazer	• Preparar uma sessão de cinema. Com bilhetes e pipocas.
	Dia de S. Martinho – 11 de Novembro	• Promover o contacto entre utentes, e voluntários • Reviver tradições • Promover o Convívio • Lazer	• Celebração da Eucaristia • Realização de um Magusto com utentes de Lar, CD, SAD e Voluntários • Lenda de São Martinho • Tarde de Cantares
	Dia Mundial da Ciência 24 de Novembro	• Adquirir novas experiências	• Ida à escola ETP Sicó para assistir a experiências.

Dezembro	Dia Internacional do Voluntário (5 de Dezembro) 4 de Dezembro	• Estimular e valorizar a participação dos Voluntários • Promover o convívio e a interação	• Oferta de uma lembrança aos Voluntários da Instituição • Almoço Convívio com Voluntários
	Dia Internacional dos direitos humanos 10 de Dezembro	• Sensibilizar e consciencializar para a importância de temáticas da atualidade.	• Cartões com os direitos universais e debate sobre esses direitos
	Natal	• Desenvolver a motricidade • Explorar a criatividade dos utentes	• Preparação da decoração de Natal
	Natal	• Fomentar a participação dos utentes • Valorizar as capacidades dos utentes • Participar em atividades Concelhias	• Preparação do Concurso da *Penela Presépios 2019*
	Natal	• Relembrar tradições • Lazer	• Visita ao *Penela Presépio 2018* • Visita ao *Presépio Tradicional do Espinhal*
	Festa de Natal (20 de Dezembro)	• Estimular a participação • Promover interação entre utentes e colaboradores	• Celebração da Eucaristia • Almoço Convívio com utentes de ERPI, CD, UCC e SAD • Tarde de Animação

Psicologia

Com o aumento da esperança de vida, cresce também o número de pessoas afetadas por perturbações neuras cognitivas, nas quais a demência se insere.

Pelo impacto que têm na vida dos utentes, e das suas famílias, estas perturbações/demências são consideradas uma prioridade.

Nesse sentido, a Psicologia tem sido uma mais valia na vida dos utentes uma vez que visa trabalhar as necessidades não resolvidas desta população em termos de cuidados psicológicos para lidar com acontecimentos normativos (como a viuvez) ou não normativos (como a doença).

Também é papel do psicólogo intervir de forma adequada e ética face aos desafios que emergem da clínica com a população mais velha em geral e com pessoas com demência em particular.

Na área da psicologia as principais intervenções serão junto da população mais velha (Estrutura Residencial para Idosos e Centro de Dia) e com quadro clinico/social que justifique internamento (Unidade de Cuidados Continuados).

A intervenção nestas respostas sociais direciona-se para a integração de novos utentes, procurando sempre reduzir o impacto da institucionalização/internamento atendendo às suas necessidades e expectativas.

A intervenção Psicológica passa por uma entrevista clínica, como parte da avaliação, de forma a que se possam obter todas as informações adequadas para a realização de um diagnóstico que permita estruturar um plano individual adequado ás necessidade de cada utente.

O Serviço de Psicologia dará apoio psicológico, suporte emocional e estimulação cognitiva individual e em grupo. As intervenções visam contrariar o declínio das funções cognitivas, promover o ajustamento emocional e mobilização de recursos de coping efetivos, bem como desenvolver a melhoria das relações interpessoais e da comunicação com os outros.

Em paralelo ao já suprarreferido, também se incentivará a participação em atividades programadas no Plano de Atividades e respetivo acompanhamento articulado com a restante Equipa Multidisciplinar.

Enfermagem em ERPI

A enfermagem é um pilar essencial nas valências da SCMP, nomeadamente na Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) e para a Unidade de Cuidados Continuados (UCC). Os desenvolvimentos normais das funções dos enfermeiros garantem os cuidados de saúde diretos ao utente, assegurando a melhoria e manutenção do seu bem-estar holístico.

"Os enfermeiros são os pilares das ERPI, exercendo funções várias desde a prestação de cuidados de excelência como: formação das equipas; organização; gestão; articulação, apoio e acompanhamento dos residentes e familiares com uma atitude proactiva na desmistificação do processo de envelhecimento. Na maior parte das vezes a permanência numa ERPI termina com a morte. Nesta situação o papel do enfermeiro consiste em acompanhar os que partem e ajudar os que ficam utilizando as suas competências no processo do luto"[1].

Na ação direta de trabalho prevalece uma monitorização cuidada do risco de quedas e da prevalência do número de úlceras de pressão que permitirá uma intervenção precoce, diminuindo a agudização das patologias, o número de episódios de idas à urgência hospitalar/ internamentos hospitalares o que se traduzirá por ganhos efetivos para todos: SNS, ERPI, idosos e suas famílias.

Consequentemente, a equipa de enfermagem de ERPI irá investir na formação dos seus colaboradores de ação direta ao utente, relativamente à prestação de cuidados/prevenção nomeadamente ao nível dos sinais vitais (tensão arterial, temperatura, frequência cardíaca, saturação, respiração, dor e glicémia) na prevenção de quedas, hábitos de higiene, hábitos alimentares, mobilidade/qualidade de vida e formas de tratamento.

Outro investimento, a realizar pela equipa ao longo do ano de 2018, será a aplicação do PIC (Plano de Cuidados individuais), iniciado ao longo do ano de 2017. No PIC, constam todas as Atividades de vida diária dos utentes, entre elas Higiene, alimentação, medicação, entre outras. Este documento organizará de forma prática toda a informação diária relativa ao utente, bem como quem esteve em contacto direto com o mesmo.

Reuniões periódicas mensais com as colaboradoras do apoio ao idoso: ajudantes de lar e trabalhadoras de serviços gerais, de maneira a perceber quais as necessidades expressas e sentidas do público-alvo.

Reuniões semanais com a equipa técnica para avaliação de PDI (plano de desenvolvimento individual) de cada utente

[1] *In O Enfermeiro nas Estruturas Residenciais de Idosos - Ordem dos Enfermeiros.*

Objetivo Geral	**Meta**	**Objetivos Específicos**	**Atividades**
Evitar Erros Durante a Assistência medicamentosa	Não Existir ocorrências registadas na folha de registo.	Adequar a requisição de stock de material e medição às necessidades do serviço/utente Assegurar as adequadas condições de acondicionamento da medição Garantir uma correta administração da medicação e cumprimento da prescrição Monitorizar os prazos de validade de material e medicação. Vigiar o estado de conservação e funcionamento de todo o material	Controlar o estado dos produtos; Controlar prazos de validade; Gerir/repor o stock de medicamento dos utentes; Monitorizar a terapêutica; Preparação/Administração de medicação; Verificar as embalagens e rótulos
Melhorar o processo de Acolhimento inicial	Obter ≥ 50% Bom e Muito Bom	Conhecer a história clínica do utente Detetar aspetos importantes com interferência na prestação de cuidados Detetar precocemente problemas de saúde Personalizar cuidados minimizando o impacto da institucionalização Promover integração	Avaliação inicial; Integração do utente na instituição Observação física e psicossocial do utente. Participação no processo do doente (PI) Preencher a ficha de Acolhimento de enfermagem e avaliar as necessidades.

Melhorar os cuidados prestados nos Primeiros Socorros	Obter ≥50% resultados Bom e Muito Bom	Auxiliar na recuperação Manter as funções vitais Proteger a vítima	Acompanhamento personalizado a cada utente apos a urgência Detetar perigos reais e potenciais Encaminhamento para o serviço de urgência Prestar os primeiros socorros
Prestar Cuidados de Saúde e prevenir estado de doença	Obter ≥50% resultados Bom e Muito Bom	Detetar precocemente problemas de saúde Detetar precocemente problemas de saúde e controlar a evolução de problemas existentes Melhorar a qualidade de vida dos utentes Prevenir agudizações e idas às Urgências Prevenir feridas Promover a adaptação aos processos de vida Promover a intervenção de outros técnicos de saúde Promover a recuperação do estado de saúde dos utentes Promover autonomia Promover hábitos de vida saudáveis	Acompanhamento personalizado a cada utente; Atualização e acompanhamento do plano de cuidados de cada utente Avaliação de sinais vitais; Encaminhar e orientar para os recursos adequados. Execução de procedimentos técnicos de enfermagem (Ex: tratamento a feridas) Observação física e psicossocial do utente; Sinalização de situações a outros membros da equipa e familiares; Vigilância da integridade cutânea do utente;

			Vigilância do estado geral do utente.
Prevenir Gripe/Outros	Vacinar 95% dos utentes.	Diminuir a mortalidade e morbilidade Diminuir o contágio de algumas doenças	Ensinos inerentes a vacinação Identificação dos utentes Vacinação dos utentes
Prevenir quedas dos utentes	Monitorizar a ocorrência de quedas	Avaliar o risco de queda do utente Sinalizar os utentes com maior risco de queda Supervisionar os períodos de deambulação Promover o fortalecimento muscular Promover a dispositivos auxiliares de marcha	Aplicação de medidas de prevenção de quedas Utilização de dispositivos auxiliares de marcha adequados ao estado clínico de cada utente Supervisão dos utentes Adotar medidas de prevenção de quedas
Prevenir úlceras de pressão	Taxa de prevalência <2%	Garantir a funcionalidade e adequação dos equipamentos Garantir levante diário, sempre que o estado clínico o permita Minimizar o tempo de permanência do utente no leito Posicionar utente de acordo comas suas necessidades.	Alternância de decúbitos de acordo com rotinas de serviço e necessidade do utente Aplicação de material anti escara. Aplicação de medidas de prevenção de úlceras de Pressão Avaliação do estado do utente

Promover Envolvimento familiar	Obter ≥50% resultados Bom e Muito Bom	Disponibilizar espaços adequados, promotores do diálogo Entrevistar família e utente na admissão Promover a integração familiar na tomada de decisão Promover diálogo ao longo do internamento Promover o envolvimento familiar no acompanhamento ao utente Realizar integração do utente e família ao serviço Respeitar cultura e religião do utente/família	Discussão e decisão sobre situações específicas de cada utente; Esclarecer dúvidas. Esclarecimento de dúvidas aos familiares Promoção de ambiente tranquilo para entrevista com utente e/ou cuidador Promoção do acompanhamento da família ao utente, nas consultas externas Utilização de comunicação empática Utilização de estratégias facilitadoras de comunicação quando o utente é afásico ou disártrico

COMUNIDADE

Unidade de Medicina Física e de Reabilitação

A Unidade de Medicina Física e de Reabilitação (MFR) é um centro pluridisciplinar de recursos, aberto à comunidade, que continuará a prestar serviços em regime ambulatório, com o fim de desenvolver, manter e restaurar o movimento e a capacidade funcional ao longo de todo o ciclo de vida dos utentes.

As Fisioterapeutas da Unidade de MFR integrarão ainda a equipa multidisciplinar da UCCI e irão colaborar com a ERPI, realizando classes de mobilidade geral em grupo e intervenção individualizada em utentes mais dependentes. A Unidade continuará a cooperar com a Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, recebendo dois estágios curriculares do 3º ano da Licenciatura em Fisioterapia.

Reabilitar o utente com o objetivo de atingir a máxima funcionalidade e qualidade de vida, assegurar a qualidade, o rigor e a humanização dos cuidados de saúde continuarão a ser o foco principal desta Unidade. Para tal, não poderemos descurar o cumprimento do Regulamento Interno e normas de segurança, o zelo pela conservação e manutenção dos equipamentos e instalações, a necessidade de substituição de equipamentos em fim de vida e a formação contínua dos colaboradores.

Unidade de Cuidados Continuados

A Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados é constituída por um conjunto de Instituições públicas e/ou privadas que prestam cuidados continuados de saúde e apoio social a pessoas em situação de dependência. A Rede resulta de uma Parceria entre o Ministério do Trabalho e Segurança Social, o Ministério da Saúde e vários prestadores de cuidados. Como tal a Santa Casa tem ao dispor de da comunidade dezanove camas numa Unidade de Longa Duração. Esta tem como principal função auxiliar pessoas, com doenças ou processos crónicos com diferentes níveis de dependência e graus de complexidade, que não reúnem condições para serem cuidadas no domicílio ou Instituições onde residem. Assim presta-se apoio social e cuidados de saúde e manutenção que previnem e retardam o agravamento de dependência, promovendo o conforto e a qualidade de vida. Para internamentos de mais de 90 dias seguidos. A ULDM pode ter ainda internamentos com menos de 90 dias (máximo 90 dias por ano) quando há necessidade de descanso do principal cuidador.

A Unidade de Cuidados Continuados de Longa Duração assegura: Atividades de manutenção e de estimulação, cuidados de enfermagem permanentes, cuidados médicos, prescrição e administração de medicamentos, apoio psicossocial, cuidados de fisioterapia e de terapia ocupacional, animação sociocultural, Cuidados de Higiene, conforto e alimentação e apoio no desempenho das atividades da vida diária. Atualmente a unidade conta com dezanove utentes, mas para 2020 prevê-se um aumento de onze camas.

Para concretizar os objetivos acima enunciados, conta com uma equipa multidisciplinar, composta por médico, enfermeiro coordenador, assistente social, equipa de enfermeiros, fisioterapeuta, psicóloga, animadora sociocultural, ajudantes de lar, auxiliares de serviços gerais, administrativos. Contudo, existe ainda um conjunto de recursos humanos transversais à Misericórdia que apoiam estes serviços.

Para concretização dos objetivos acima descritos existe um leque de atividades planeadas que se encontram descritas no quadro abaixo apresentado, bem como no quadro de atividades multidisciplinares transversal às diferentes valências desta Instituição.

objetivos	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos
Manter/Melhorar a qualidade dos serviços prestados	- Garantir ambiente calmo e seguro para utentes, familiares e profissionais; - Garantir comunicação empática; - Garantir a transmissão de informação entre profissionais.	- Comunicação com familiar e utentes; - Realização da passagem de turno entre profissionais;	Enfermeiros Médico Serviços Gerais Ajudantes de Lar
Manter o Processo Individual e GestcareCCI do Utente atualizado	- Nenhuma intercorrência de não cumprimento do Regulamento Interno no registo do processo do utente; - Assegurar periocidade nos registos do GestcareCCI;	- Realização periódica dos registos previstos no GestcareCCI : - Admissão; - Um mês após admissão e posteriormente mensalmente; - Agudização/intercorrência do internamento dos utentes; - Nota de alta do utente. - Realização diária dos registos de enfermagem no processo individual do utente.	Computador Enfermeiro/a Utente Familiares
Assistir nos autocuidados do utente	- Avaliar estado clínico do utente; - Estabelecer um plano de cuidados; - Fomentar a participação do utente no plano de cuidados; - Aplicar o plano de cuidados; - Incentivar/motivar autonomia do utente; - Englobar família na promoção da autonomia; - Potenciar a autonomia do utente.	- Promoção da Autonomia nos autocuidados - Promoção de ensinos ao cuidador/família durante todo o internamento; - Estimulação da participação do utente e/ou cuidador no plano de cuidados estabelecido; - Disponibilização de dispositivos promotores de autonomia/funcionalidade.	Enfermeiro Utente Família TNF CFI

	- Preparar o utente e cuidador para a alta		
Gerir a Dieta do utente	- Adequar a dieta do utente ao seu estado clínico. - Manter/Aproximar o IMC nos padrões normais - Melhorar o estado de nutrição	- Coordenação com a cozinha da ERPI; - Monitorizar a dieta oferecida ao utente: - Quantidade; - Consistência (Pastosa, líquida, normal; - Tipo de dieta (Hipoglucídica, Hiposalinica, Hiperproteica); - Avaliar capacidade de deglutição do utente; - Assegurar a higienização das mãos e uso de EPI ao manipular os alimentos.	Varinha mágica Liquificadora Luvas Avental Touca Desinfetante Auxiliares Ajudantes de Lar Enfermeiro
Fomentar a comunicação com a família/cuidadores	- Entrevistar família e utente na admissão; - Realizar integração do utente e família ao serviço; - Promover diálogo ao longo do internamento; - Disponibilizar espaços adequados, promotores do diálogo; - Respeitar cultura e religião do utente/família; - Adequar estratégias de discurso ao estado do utente.	- Promoção de ambiente tranquilo para entrevista com utente e/ou cuidador; - Utilização de estratégias facilitadoras de comunicação quando o utente é afásico ou disártrico (tabua de comunicação, comunicação não verbal, linguagem gestual, sinais); - Utilização de comunicação empática; - Promoção do acompanhamento da família ao utente, nas consultas externas.	Tábua de comunicação Enfermeiro Espaço adequado
Adquirir e manter o bom funcionamento de material e medicação	- Vigiar o estado de conservação e funcionamento de todo o material; - Promover a reparação ou substituição de material avariado; - Adequar a requisição de stock de material e medição às necessidades do serviço; - Assegurar as adequadas condições de acondicionamento do material e medição;	- Acondicionamento adequado do material e medicação; - Utilização de espaços específicos e identificados para o armazenamento de material e medicação. - Promoção de cumprimento das especificações de acondicionamento do material; - Requisição semanal de material e medicação;	Enfermeiro

	- Monitorizar os prazos de validade de material e medicação.	- Requisição sempre que necessária a especificar as avarias para posterior reparo; - Monitorização das condições do material.	
Prevenir úlceras de pressão	- Minimizar o tempo de permanência do utente no leito; - Garantir a funcionalidade e adequação dos equipamentos; - Prevenir o Síndrome de Imobilização; - Garantir levante diário, sempre que o estado clínico o permita; - Posicionar utente de acordo comas suas necessidades.	- Aplicação de protocolo de prevenção de UP; - Sinalização de equipamentos avariados ou defeituosos; - Avaliação do estado hemodinâmico do utente; - Alternância de decúbitos de acordo com rotinas de serviço e necessidade do utente; - Aplicação de material anti escara.	Equipa de Enfermagem Serviços gerais Ajudantes de Lar Colchão com motor de pressão alterne Almofadas
Prevenir quedas dos utentes	- Avaliar o risco de queda do utente; - Sinalizar os utentes com maior risco de queda; - Supervisionar os períodos de deambulação; - Promover o fortalecimento muscular; - Promover dispositivos auxiliares de marcha.	- Aplicação de protocolo de prevenção de quedas; - Utilização de dispositivos auxiliares de marcha adequados ao estado clínico de cada utente.; -Supervisão dos utentes;	Auxiliares de marcha Enfermeiro Fisioterapeuta
Promover a autonomia do utente	- Minimizar o tempo de permanência do utente no leito; - Promover o exercício individual e em grupo - Treinar a execução dos autocuidados; - Supervisionar a marcha e transferências; -Prevenir o Síndrome de Imobilização; - Implementar procedimentos facilitadores da recuperação de capacidades funcionais e/ou cognitivas que conduzam a maior autonomia,	- Avaliação das capacidades do utente; - Estimulação do utente para realização dos autocuidados; - Promoção do levante diário; - Promoção de períodos de marcha; - Promoção de atividade física diversa.	Equipa de Enfermagem Serviços Gerais Ajudantes de Lar

	- Prevenir ou compensar o aumento de dependência; - Compensar ou adaptar atividades e/ou ambientes com o objetivo de melhorar o desempenho e facilitar a participação nas situações do quotidiano.		
Prevenir as infeções associadas aos cuidados de saúde	- Registar Antibioterapia prescrita; - Manter campanha de Higiene das Mãos; - Promover a informação/formação nas práticas diárias; - Facilitar estratégias de isolamento;	- Monotorização/Vigilância de boas práticas; - Promoção de utilização de EPI; - Formação/informação não formal continua; - Fixação de conteúdos cedidos pela PPCIRA (pósteres e cartazes) - Monitorização E vigilância de possíveis focos de infeção; - Desinfeção semanal do espaço físico do utente; - Aplicar a “Etiqueta Respiratória”; - Garantir acesso a SABA e a sabão para higienização das mãos; - Separação de percursos – LIMPOS e SUJOS; - Separação da roupa e material com risco biológico;	Luvas SABA Aventais descartáveis Máscaras de proteção Cortinas divisoras do ambiente do utente Contentores de separação da roupa e lixo Cartazes informativos

SERVIÇO SOCIAL

Assente na premissa de ajuda ao próximo e da prática socia, caracterizada pelo compromisso da Santa Casa da Misericórdia de Penela, a Instituição tem vindo a apoiar agregados familiares que se encontram a vivenciar situações de múltiplas fragilidades, através de diferentes programas, e parceria com os projetos existentes no concelho. Com vista a persecução dos objetivos traçados pelo referido programa e através do trabalho em parceria pretende-se desenvolver atividades nas seguintes áreas:

Rendimento Social de Inserção

O Rendimento Social de inserção constitui uma resposta à população cujos recursos económicos são escassos, permitindo uma intervenção multidimensional, designadamente no âmbito da formação profissional e Emprego, da saúde, da ação social e da educação. Com vista a persecução dos objetivos traçados pelo referido programa e através do trabalho em parceria faz-se o acompanhamento de agregados familiares de acordo com o estabelecido em protocolo.

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

A Santa Casa da Misericórdia de Penela é membro efetivo da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Penela fazendo-se representar por um elemento da Instituição. A mesma reúne ordinariamente de quinzenalmente e tem como objetivo principal promover os direitos da criança e do jovem e prevenir ou pôr termo a situações de perigo ou de risco.

Rede Social

A Rede Social é um Programa que prevê congregar esforços com vista à erradicação ou atenuação da pobreza e da exclusão e à promoção do desenvolvimento social. A Santa Casa é membro efetivo do CLASP (Conselho Local de Ação Social da Rede Social), assim como os outros parceiros sociais do concelho.

Tem como principal objetivo desenvolver uma cultura de parceria efetiva e dinâmica, e promover dinâmicas de planeamento estratégico de modo a garantir uma maior eficácia do conjunto das respostas sociais para o concelho.

FEAC

O **Fundo Europeu de Auxílio aos Carenciados** foi criado em 11 de Março de 2014, pela Comissão Europeia, em substituição do Programa Comunitário de Ajuda Alimentar a Carenciados. Tem como principal objetivo a atenuação das formas mais graves de pobreza, através da prestação de assistência não financeira às pessoas mais carenciada, da concessão de alimentos e/ou de assistência material de base e da realização de atividades de inclusão social vocacionadas para a integração social de pessoas nessas condições.

Assim, em dezembro de 2014 foi aprovado o programa operacional de distribuição de alimentos e/ou de assistência material de base para apoio do **FEAC - PO APMC**. A Santa Casa da Misericórdia é representante do concelho de Penela. Trabalha atualmente em parceria com a Camara Municipal de Condeixa entidade coordenadora do projeto.

A primeira fase projeto teve a duração de vinte sete meses com início em 2017 e términus em 2019. No entanto no início de 2020 iniciar-se-á a segunda fase do mesmo. Irão ser apoiados um total de quarenta e sete indivíduos.

Cantina Social:

Mantem-se ativo o nosso Protocolo com os serviços da Segurança Social de Coimbra para a implementação da Cantina Social, que fornece diariamente refeições aos agregados familiares do concelho que o careçam. Esta resposta social consiste no fornecimento de refeições a indivíduos ou famílias que se encontrem em situações de grave carência social. A regra de acesso a este tipo de apoio será gratuito, contudo a Instituição poderá cobrar até 1 Euro por refeição. As mesmas são consumidas no domicílio.

A seleção das pessoas que possam ser abrangidos por esta resposta, passa por critérios pré-definidos onde será considerado:

a) Situações já sob apoio social,
b) Situações recentes de desemprego múltiplo e com despesas fixas com filhos,
c) Famílias/indivíduos com baixos salários, pensões sociais baixas, com doenças crónicas e encargos habitacionais fixos,
d) Famílias monoparentais, com salários reduzidos,
e) Situações de emergência temporária, tais como incêndio, despejam, doença, entre outras.

Para aferir as condições sociofamiliares dos utentes ou das famílias a Instituição recolhe e organiza informação relevante que possa permitir a caraterização de cada situação. Por outro lado, este tipo de resposta pressupõe um trabalho de articulação e colaboração entre os vários parceiros da Rede Social do Concelho, que possam contribuir para a identificação e priorização das situações a atender.

Atendimentos no âmbito da ação social

As Técnicas Superiores de Serviço Social sempre que solicitadas pelo público em geral, fazem atendimento para esclarecimentos variados, para encaminhamento para outros serviços e nomeadamente no âmbito das respostas sociais da Instituição. Esta prestação de serviço à comunidade é desenvolvida em espírito de parceria com as outras entidades do setor social do concelho.

Aprovado pela Mesa Administrativa, a 18 de Novembro de 2019

A MESA ADMINISTRATIVA

O PROVEDOR

_____

FERNANDO DOS SANTOS ANTUNES

_____

JÚLIO DINIS

_____

ANTÓNIO MANUEL BASTOS DE CARVALHO

_____

VITORINO FERNANDO A. SILVA PAULO

_____

AMÉRICO COIMBRA

_____

MANUEL GUILHERME MENDES

_____

LUÍS REIS

ASSEMBLEIA GERAL

O PRESIDENTE DA ASSEMBLEIA GERAL

_____

MÁRIO SIMÕES

VISE PRESIDENTE

_____

(DAVID DUARTE)

O SECRETARIADO

_____

ANABELA SANTO

_____

Penela, 24 de Novembro de 2019