



**S.A.D.**

**Serviço de Apoio Domiciliário**

**Plano de Atividades**

**2016**



A resposta social Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) tem como missão a prestação de cuidados individualizados e personalizados ao domicílio, a pessoas ou famílias que, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não podem assegurar, temporária ou definitivamente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.

Neste âmbito pretendemos prestar um conjunto de serviços e atividades que concorram para o bem estar dos idosos no seu meio sociofamiliar, contribuam para retardar e/ou evitar a institucionalização, assim como promovam um envelhecimento saudável. Os serviços prestados passam por cuidados de higiene pessoal e habitacional, tratamento de roupas, fornecimento de refeições, apoio psicossocial e aquisição de bens e serviços.

Além, dos serviços acima referidos a nossa intervenção junto desta população-alvo constitui-se ainda, por um plano de atividades que tem inerente os seguintes objetivos específicos:

- Evitar o isolamento e a depressão;
- Promover o saber fazer dos utentes;
- Proporcionar atividades de âmbito cultural;
- Fomentar momentos de convívio;
- Desenvolver a motricidade fina, a destreza manual e a criatividade;
- Estimulação cognitiva;
- Melhorar a autoestima e valorização pessoal;
- Fornecer informação sobre temas básicos mas, importantes na sociedade;



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

- Articulação intergeracional entre os idosos e as crianças numa perspetiva de troca de saberes.

De referir ainda que, o presente Plano Anual de Atividades contempla atividades planificadas a nível interno (equipa técnica) e nível interinstitucional, que permitem aos idosos de várias IPSS do concelho um convívio mais abrangente, promovem o envelhecimento saudável e solidariedade entre gerações.



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

Calendarização das Atividades:

<b>Calendarização e/ou Datas a Comemorar</b>	<b>Atividade/Ação</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Parâmetros de Avaliação</b>
2 vezes por semana	Aquisição de bens e de géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade.	A definir em função da situação.	-Diretora Técnica; -Educadora Social; - Idosos.	- Promover o bem-estar dos idosos; - Melhorar a autoestima e valorização pessoal.	- Grau de satisfação dos utentes.
09 Fevereiro Carnaval	- Baile e Jogos alusivos à época;	C.S.N.S.D.	-Educadora Social; - Idosos; -Músico.	- Relembrar hábitos e costumes oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; - Recolha de saberes alusivos ao Carnaval; -Incrementar a participação ativa dos idosos; - Promover o convívio.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

<b>Calendarização e/ou Datas a Comemorar</b>	<b>Atividade/Ação</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Parâmetros de Avaliação</b>
08 de março Dia Internacional da Mulher	Debate sobre o papel da Mulher na sociedade e distribuição de lembranças.	A definir	-Educadora Social; -Idosos; - Familiares dos Idosos.	- Fomentar o espírito crítico dos utentes; - Promover a valorização do papel da mulher na sociedade; - Estimular as capacidades técnico-manuais dos idosos, criatividade e imaginação; - Promover a interação e a coesão grupal.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
19 de março Dia do Pai	Fomentar o convívio entre utentes e familiares.	Ambiente habitacional do idoso	-Educadora Social; -Idosos; - Familiares dos Idosos.	- Promover a aproximação com a família; -Evitar o isolamento e a depressão; - Valorizar o papel do utente na família.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
21 de Março Dia da Árvore	“ Um cantinho no Jardim”.	C.S.N.S.D.	-Educadora Social; -Idosos; - Crianças do C.S.N.S.D.	- Convívio intergeracional; -Promover o saber fazer dos utentes; - Sensibilizar os idosos e as crianças para as questões relacionadas com o ambiente.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

<b>Calendarização e/ou Datas a Comemorar</b>	<b>Atividade/Ação</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Parâmetros de Avaliação</b>
25 de Abril Dia da Liberdade	- Debate sobre o 25 de Abril; - Visionamento de um filme ou documentário.	C.S.N.S.D. ou ambiente habitacional do idoso.	-Educadora Social; - Idosos.	-Relembrar vivências e experiências dos idosos sobre o tema; -Fomentar o espírito crítico dos utentes.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
1 de Maio Dia da Mãe	Fomentar o convívio entre utentes e familiares.	Ambiente habitacional do idoso.	-Educadora Social; -Idosos; - Familiares dos Idosos.	- Promover a aproximação com a família; -Evitar o isolamento e a depressão; - Valorizar o papel da utente na família.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
15 de Maio Dia da Família	- Lanche convívio entre familiares e utentes.	C.S.N.S.D.	- Diretora Técnica; - Educadora Social; - Restante funcionárias do Centro; - Idosos; - Familiares dos Idosos.	- Promover a aproximação entre os utentes e a família; - Proporcionar um momento de descontração e convívio.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

<b>Calendarização e/ou Datas a Comemorar</b>	<b>Atividade/Ação</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Parâmetros de Avaliação</b>
24 de Junho S. João	- Sardinhada convívio - Construção de arcos e balões para a decoração da instituição. - Concurso de quadras populares	C.S.N.S.D.	- Diretora Técnica; - Educadora Social; - Restante funcionárias do Centro; - Idosos.	- Relembrar hábitos e costumes oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; - Contrariar o desenraizamento social dos idosos; - Realizar atividades criativas e recreativas; - Incrementar a participação ativa dos idosos;	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
26 de Julho Dia Mundial dos Avós	Convívio intergeracional	C.S.N.S.D.	- Educadora Social; - Idosos; - Crianças do Centro; - Netos dos idosos.	- Fomentar a aproximação familiar; - Promover o convívio intergeracional; - Valorizar o papel dos avós nas famílias.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
1 de Outubro Dia Mundial do Idoso	Realização de uma Festa	C.S.N.S.D.	- Diretora Técnica; - Educadora Social; - Restante funcionárias do Centro; - Idosos.	-Fomentar a expressão verbal de ideias, opiniões e sentimentos; - Promover o convívio intergeracional; - Favorecer a interação grupal.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

<b>Calendarização e/ou Datas a Comemorar</b>	<b>Atividade/Ação</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Avaliação</b>
11 de Novembro Dia de S. Martinho	- Magusto (baile, músicas tradicionais e lanche convívio).	CSNSD	- Diretora Técnica; - Educadora Social; - Restante funcionárias do Centro; - Idosos.	- Criar um momento de descontração e diversão entre todos; - Orientar o utente no tempo; - Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
24 de dezembro	Festa de Natal	C.S.N.S.D.	- Diretora Técnica; - Educadora Social; - Restante funcionárias do Centro; - Idosos; - Familiares.	- Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos; - Orientar o utente no tempo; - Fomentar o Espírito Natalício.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.



Plano de Atividades 2016  
 Serviço de Apoio Domiciliário

<b>Calendarização e/ou Datas a Comemorar</b>	<b>Atividade/Ação</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Avaliação</b>
Sempre que proporcionado	Visionamento de filmes e documentários	C.S.N.S.D.	- Educadora Social; - Idosos.	- Promover o convívio; - Adquirir novos conhecimentos; -Partilhar saberes.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
	Culinária Recolha de receitas de pratos/doces regionais e/ou típicos	C.S.N.S.D.	- Educadora Social; - Idosos.	- Promover o saber fazer dos utentes; - Valorização pessoal.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
	Património Oral Recolha de sabres, tradições e costumes	C.S.N.S.D.	- Educadora Social; - Idosos.	- Promover o saber fazer dos utentes; - Valorização pessoal.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
	Sessões de Esclarecimento	C.S.N.S.D.	- Oradores; - Educadora Social; - Idosos.	- Fornecer informação sobre temas importantes na sociedade	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

<b>Calendarização e/ou Datas a Comemorar</b>	<b>Atividade/Ação</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos</b>	<b>Avaliação</b>	<b>Objetivos</b>
Sempre que proporcionado	Realização de visitas culturais e passeios		- Educadora Social; - Idosos.	- Promover o convívio; - Conhecer novos locais; - Adquirir novos conhecimentos e saberes; - Favorecer o convívio, a troca de experiências e vivências.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.
	Idas à praia		- Educadora Social; - Idosos.	- Promover o convívio; - Desenvolver a agilidade e coordenação. - Fomentar o entretenimento.	- Grau de satisfação dos utentes; - Grau de participação e envolvimento dos idosos nas atividades.



## Atividades Interinstitucionais nos Dois Semestres de 2016

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Indicadores de Avaliação</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Estimular o espírito carnavalesco;</li><li>- Promover o convívio com idosos de outras instituições;</li><li>- Fomentar o estabelecimento de novos contatos pessoais e laços de amizade.</li></ul>	Baile/ Concurso de Máscaras de Carnaval	Fevereiro	A definir	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos utentes;</li><li>-Nível de interação entre idosos das diferentes instituições.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Reviver tradições que fizeram parte da vida dos idosos;</li><li>- Promover o convívio com idosos de outras instituições;</li><li>- Fomentar o estabelecimento de novos contatos pessoais e laços de amizade.</li></ul>	Baile da Pinha	A definir	Santa Casa da Misericórdia de Tavira	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos utentes;</li><li>-Nível de interação entre idosos das diferentes instituições.</li></ul>



## Atividades Interinstitucionais nos Dois Semestres de 2016

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Indicadores de Avaliação</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Recordar tradições que fizeram parte da vida dos idosos;</li><li>Promover o convívio com idosos de outras instituições;</li><li>- Fomentar o estabelecimento de novos contatos pessoais e laços de amizade.</li></ul>	Baile da Espiga	05 maio	Centro Social Nossa Senhora das Dores	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos utentes;</li><li>-Nível de interação entre idosos das diferentes instituições.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Promover o convívio com idosos de outras instituições;</li><li>- Fomentar o estabelecimento de novos contatos pessoais e laços de amizade;</li><li>- Comemorar datas festivas.</li></ul>	Arraial Santos Populares	Junho	Centro Intergeracional da Pegada	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos utentes;</li><li>-Nível de interação entre idosos das diferentes instituições.</li></ul>



## Atividades Interinstitucionais nos Dois Semestres de 2016

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Indicadores de Avaliação</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Promover o convívio com idosos de outras instituições;</li><li>- Fomentar o estabelecimento de novos contatos pessoais e laços de amizade;</li><li>- Comemorar datas festivas.</li></ul>	Arraial Santos Populares	Junho	Centro Intergeracional da Pegada	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos utentes;</li><li>-Nível de interação entre idosos das diferentes instituições.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Reconhecer e dignificar o papel do idoso na nossa sociedade;</li><li>-Promover o convívio com idosos de outras instituições;</li><li>- Valorizar o papel dos avós nas famílias.</li></ul>	Dia dos Avós	Julho	Centro Social de Santo Estevão	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos utentes;</li><li>-Nível de interação entre idosos das diferentes instituições.</li></ul>



## Atividades Interinstitucionais nos Dois Semestres de 2016

<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Indicadores de Avaliação</b>
- Reconhecer e dignificar o papel do idoso na nossa sociedade; - Sensibilizar a comunidade local para problemática do idoso na sociedade contemporânea; -Promover o convívio com idosos de outras instituições.	Semana do idoso Seminário (Atividades a definir)	A definir	A definir	- Grau de satisfação dos utentes; -Nível de interação entre idosos das diferentes instituições; - Grau de envolvimento da comunidade local.
- Fomentar o espírito natalício; -Promover o convívio com idosos de outras instituições.	Almoço de Natal	Dezembro	A definir	- Grau de satisfação dos utentes; -Nível de interação entre idosos das diferentes instituições;



Plano de Atividades 2016  
Serviço de Apoio Domiciliário

Notas:

- O presente Plano de atividades é um resumo sintético das dinamizações que irão ser realizadas entre janeiro e dezembro. Os utentes serão informados com antecedência da realização das atividades.
- A respetiva planificação é flexível, podendo a mesma ser alterada sempre que a responsável pelas atividades dinamizadas, considere necessário.
- As atividades poderão ter a presença da Diretora Técnica, Encarregada de Serviços Gerais e colaboradoras do CSNSD, sempre que seja necessário e nas quais se evidencie o espírito de entreajuda.

Santa Catarina da Fonte do Bispo, 29 de dezembro 2015.

Educadora Social

---

(Manuela Viegas)

Diretora técnica

---

(Carla Palma)