

Plano Anual de Atividades Centro de Dia



2023

Enquadramento e objetivos

O presente plano anual é uma proposta das atividades a realizar tanto a nível semanal como a nível de comemorações anuais. Demonstra a importância que a planificação, realização e monitorização de atividades de animação socioculturais têm no dia a dia dos idosos da valência de ERPI (Estrutura Residencial para Idosos) e Centro de Dia. Estas atividades são um dos pilares basilares nos cuidados prestados aos idosos pelos profissionais que constituem a equipa da Fundação Aurora Borges.

A Animação Sociocultural tem uma grande importância na vivência dos clientes da Fundação Aurora Borges, pois segundo a UNESCO constitui “um conjunto de práticas sociais que têm como finalidade estimular a iniciativa, bem como a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integrados”. É um processo que visa a participação de forma consciente e que visa ir ao encontro das necessidades e potencialidades do público-alvo. Os métodos utilizados referem-se a um processo constante, destinado a estimular as pessoas e os grupos para que se autodesenvolvam. A reforma, a viuvez, a perda de faculdades físicas, cognitivas e outros acontecimentos no decorrer de longos anos de vida, levam as pessoas a uma situação de maior dependência de cuidados de terceiros, que não poderão passar apenas por cuidados de higiene, saúde e alimentação. Por estes motivos é imprescindível existirem momentos de outras atividades de animação e que estes momentos proporcionem a constante inclusão do idoso na sociedade atual, a manutenção das suas capacidades, o respeito pelas memórias e aprendizagens, e a promoção da autonomia, sempre que possível.

Para tal, não só o animador é importante para planificar e implementar as atividades que vão de encontro a todos estes objetivos, mas sim uma equipa multidisciplinar, capacitada para responder às necessidades da instituição e dos seus clientes. O incentivo à participação, à autonomia e o reconhecimento da importância de cada ser como único e individual é um trabalho diário e contínuo em que todos devem participar.

Áreas de intervenção

Para a operacionalização de todos os objetivos citados anteriormente, é necessário definir áreas de trabalho e intervenção, ou seja, atividades planificadas, que se adequem tanto quanto possível às necessidades específicas de cada idoso. Assim são definidas diferentes áreas de intervenção que se englobam nas seguintes dimensões.

- Autogestão - referente à aquisição de habilidades que contribuem para a sua autonomia, como por exemplo, cumprir horários, iniciar e finalizar tarefas necessárias e exigidas pelo profissional que os acompanha, resolver problemas, etc...

- Habilidades sociais e relacionamento interpessoal – caracterizam-se como atividades de aquisição de competências de interação social, como por exemplo, o iniciar, manter e finalizar uma interação com outra pessoa, reconhecer e identificar sentimentos e emoções em si e nos outros, promover empatia pelos outros, etc...

- Comunicação – engloba a promoção de habilidades que compreendem a capacidade de compreensão e expressão da informação através de comportamentos simbólicos como por exemplo a palavra falada, escrita, símbolos gráficos, entre outros.

Estes são os pilares da planificação de todas as atividades, que como já foi referido, se dividem em atividades regulares e não regulares.

Atividades regulares

As atividades regulares caracterizam-se por atividades realizadas sistematicamente e diariamente/semanalmente. A sua planificação é ajustada e monitorizada de acordo com as necessidades e expectativas de cada idoso, bem como dos seus interesses, como já foi referido.

Assim as atividades que se realizam dividem-se em:

- Trabalhos manuais – estas atividades, que poderão ser individuais ou em grupo, são realizadas diariamente, utilizando e explorando diversos materiais e técnicas adequadas às capacidades e gosto de cada idoso (renda, costura, pintura, corte, dobragem, modelagem, decorações de espaços comuns...)
- Estimulação cognitiva – este grupo de atividades são realizadas individualmente e são adequadas às capacidades de cada idoso. Poderão ser atividades de leitura, cálculo, escrita, coordenação...
- Atividades lúdicas – Estas atividades são realizadas em grupo planificadas e realizadas mediante os gostos e expectativas dos idosos, que poderão ser realizadas nas salas habituais ou no exterior, dependendo das condições meteorológicas.
- Atividades musicais - estas atividades realizam-se semanalmente e neste espaço são explorados diferentes instrumentos de percussão, bem como o canto de músicas populares, cânticos religiosos...
- Culinária e preparação de alimentos – este conjunto de atividades visa a valorização e manutenção de capacidades de organização e realização por parte dos idosos, para que a vivência em ERPI seja o mais próximo possível da sua experiência passada.
- Atividades de cariz religioso – Estas atividades constituem uma parte muito importante no dia a dia dos idosos, pois na sua grande maioria mantêm as suas crenças religiosas, então é uma forma de aproximação, motivação e esperança.

Plano Semanal de Atividades – Fundação Aurora Borges

Centro de Dia

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Manhã 9:30 – 12:00	- Atelier de culinária - Saída ao Exterior *	- Expressão Motora	- Atelier de música e expressão musical (Creche e J.I)	- Atelier de culinária - Saída ao exterior *	- Expressão Motora
Tarde 14:00 – 17:30	- Atelier de Trabalhos Manuais - Estimulação Cognitiva e sensorial	- Atelier de Trabalhos Manuais - Estimulação cognitiva e sensorial	- Atelier de Trabalhos Manuais - Estimulação cognitiva e sensorial	- Atelier de Trabalhos Manuais - Estimulação cognitiva e sensorial	- Atelier de Trabalhos Manuais - Estimulação cognitiva e sensorial

*As saídas ao exterior estarão sempre dependentes do estado meteorológico.

NOTA:

- Todas as atividades planeadas poderão sofrer alterações, dependendo de eventos e celebrações sazonais, situação clínica dos utentes ou outras situações alheias ao serviço de Animação Sociocultural.
- As atividades programadas para o período da tarde serão desenvolvidas na sala número 2 (sala do 2º piso), com os utentes com maior dependência. As atividades específicas são planeadas e preparadas para os utentes que as vão realizar, sendo os grupos de utentes programados semanalmente (consultar tabela afixada à entrada da sala número 1 no 1º piso).
- Este plano de atividades visa a promoção do contacto e da participação de todos os utentes sem exceção, daí a repetitividade de atividades.
- Para aprofundamento dos diversos ateliers/atividades, consultar o Plano Anual de Atividades.

Atividades não regulares

As atividades não regulares caracterizam-se por atividades realizadas esporadicamente, e têm como objetivo enriquecer o leque de experiências relacionadas com a participação social que a Fundação Aurora Borges tem para oferecer aos seus utentes.

Apresenta-se neste documento uma tabela onde são previstas todas as atividades não regulares que se pretendem realizar ao longo do presente ano de 2023. Todas as atividades aqui planeadas estão passíveis de alterações mediante outros fatores como já referido anteriormente.

Plano Anual

- ERPI (Estrutura Residencial para Idosos)

Janeiro

Dia 06 – Dia de Reis – Canto das janeiras em conjunto com as crianças da valência de Creche e Jardim de Infância

Fevereiro

Dia 21 – Carnaval – Convívio com utentes das valências de Creche, Jardim de Infância e CACI.

Durante o mês de fevereiro – Realização das decorações de primavera

Março

Dia 08 – Dia da Mulher – Entrega de lembranças às utentes da valência de ERPI. Nota histórica sobre a origem desta comemoração.

Dia 19 – Dia do Pai – Momento religioso para relembrar os antepassados.

Dia 20 – Dia Internacional da Felicidade – Leitura de histórias e partilha de momentos passados em que nos sentimos felizes.

Dia 23 – Dia Mundial da Floresta - Passeio e convívio na Quinta das Camélias

Durante o mês de março – Realização das decorações de Páscoa

Abril

Dia 07 – Sexta Feira Santa – Momento Religioso.

Semana de 17 a 21 – Semana saudável – Realização de diversas receitas saudáveis com a participação direta dos utentes.

Dia 25 – Dia da Liberdade – Visualização do filme «Capitães de Abril»

Mai

Dia 07 – Dia da Mãe – Momento religioso para relembrar os antepassados.

Dia 13 - Comemoração da aparição de Nossa Senhora aos pastorinhos – Momento Religioso.

Dia 15 – Dia Mundial da família – Elaboração de vídeos com pequenas mensagens para familiares.

Dia 25 – Dia da Flor – Saída ao exterior, passeio ao Jardim de Gouveia

Junho

Dia 01 – Dia Mundial da Criança – Convívio com crianças da valência de Creche e Jardim de Infância.

Dia 05 – Dia Mundial do Ambiente – Lanche e Convívio no Exterior – Quinta das Camélias.

Dia 24 – Realização de Festa dos Santos Populares – Marchas com participação das funcionárias e utentes e apresentações das restantes valências.

Julho

Dia 26 – Dia Mundial dos avós – Convívio entre utentes das várias valências e entrega de lembranças aos idosos da valência de ERPI, Centro de Dia e SAD.

Agosto

Semana de 7 a 11 – Semana Saudável – Realização de receitas saudáveis com a participação dos utentes.

Dia 15 – Assunção de Nossa Senhora – Momento religioso.

Setembro

Dia 25 – Dia Mundial do sonho – Partilha de sonhos dos utentes.

Outubro

Dia 01 – Dia Mundial da Música e Dia Mundial do Idoso– Concerto dos Utesntes de ERPI de músicas populares para os utentes das restantes valências seguido de convívio.

Novembro

Dia 11 – Dia de São Martinho – Magusto e convívio com utentes das diversas valências.

Durante o mês de novembro – Realização das decorações de Natal

Dezembro

Dia 08 – Dia da Imaculada Conceição – Momento Religioso

No decorrer do mês de dezembro pretende-se realizar um jantar de Natal com os utentes e funcionarios da instituição e entrega de presentes de natal num dia a combinar posteriormente, daí a não contemplação do mesmo no presente plano.

Nota conclusiva

Com o presente plano, pretende-se que em todas as atividades programadas, sejam respeitadas as características e individualidades de cada utente, bem como os seus interesses, como já foi referido. Todas as atividades regulares e não regulares estão sujeitas a alterações, assim como o plano anual e semanal são flexíveis.

Como tem vindo a acontecer nos anos anteriores, são registadas todas as atividades em fotografia e são guardadas algumas evidências dos trabalhos realizados pelos utentes. Em suma, é do maior interesse da Fundação Aurora Borges, proporcionar Qualidade de Vida e promover a participação aproveitando as capacidades residuais de cada utente.