



**RELATÓRIO DE ATIVIDADES
(CD/SAD) DO ANO 2017
Centro de A.S.F. Cabecudo**

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	3
1-ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO ANO DE 2017.....	6
1.1. Excursões / Visitas/Participações.....	6
1.2. Atividades de Animação Sociocultural e voluntariado.....	7
1.3. Atividades Religiosas.....	7
1.4. Festas Convívio.....	7
1.5. Outras Atividades.....	10
2-CONCLUSÃO.....	13

Com a progressiva diminuição das suas capacidades físicas, o idoso vai alterando os seus hábitos e rotinas diárias, substituindo-os por outros que lhe exijam um menor grau de atividade. Esta diminuição de atividade, ou mesmo inatividade, pode acarretar várias consequências, como redução da capacidade de concentração e reação, diminuição da autoestima, apatia, desmotivação, solidão, isolamento social e consequente diminuição da sua qualidade de vida. É nesta lógica que surge a importância das atividades, revelando-se de uma utilidade extrema, sejam de animação Sociocultural, de convívio ou de deslocação/visita. Todas têm por fim quebrar a rotina, fomentar o convívio, adquirir novos conhecimentos, ver novas coisas, proporcionar alegria e permitir um ambiente de convívio e de participação que respeite e vá de encontro aos anseios dos utentes.

As atividades apresentadas neste relatório foram maioritariamente desenvolvidas no Centro de Assistência de Social da Freguesia do Cabeçudo e todas implicaram a participação dos seus utentes e funcionários. Neste relatório específico versamos sobre as atividades em que participaram os utentes de Centro de Dia, que no fundo são as mesmas apresentadas para os utentes de SAD, pois em todas as situações participam ambos. Diariamente utentes do Serviço de Apoio Domiciliário são convidados para as instalações do Centro, uns por não terem condições habitacionais condignas para passar o dia, outros por necessidade de companhia. Assim a atividades que são realizadas no Centro de Dia são igualmente extensivas ao Apoio Domiciliário.

A divisão das atividades apresentadas é a seguinte: Excursões/Visitas; Atividades de Animação Sociocultural e de voluntariado; Atividades Religiosas; Festas Convívio e Outras Atividades. Todos estes itens terão uma breve descrição das atividades desenvolvidas, imagens (em alguns casos) e o mês da sua realização.

O Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabeçudo está localizado no concelho da Sertã. Surgiu como uma IPSS de ação social para a terceira idade em 1996 e divide a sua linha de atuação em duas valências: Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário. Além destas Respostas Sociais ainda fornece refeições a Escolas do concelho.

O Centro de Dia é uma resposta social que contribui para a valorização pessoal, partilha de conhecimentos e experiências pessoais, proporcionando durante o dia, a satisfação de necessidades básicas pessoais, terapêuticas e socioculturais permitindo aos Utentes permanecerem no seu ambiente familiar e social. Tem capacidade para 20 utentes e funcionamos durante todo o ano, nos "dias úteis", das 8.00 às 17.00 horas. Complementa este serviço com apoio extra no próprio domicílio que inclui higiene habitacional, alimentação (jantar), administração de medicação e tratamento de roupa. No serviço de Centro de Dia os Utentes usufruem de:

- Alimentação: pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar;
- Atividades de ocupação e animação;
- Transporte;
- Tratamento de roupa;
- Administração de medicação;
- Encaminhamento para outros serviços (Segurança Social, Centros de Apoio etc.);
- Higiene pessoal e cuidados de conforto e humanos;
- Apoio psicossocial.

São também realizados outros serviços extra de apoio, de acordo com as reais necessidades do Utente, tais como a prestação de higiene no domicílio, acompanhamento aos e/ou nos serviços de saúde, acompanhamento em serviços ou necessidades quotidianas (compras para o domicílio, farmácia, cuidados estéticos, banco entre outros). Estes serviços extras podem ser prestados fora do usual horário de funcionamento.

O Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social que proporciona cuidados e serviços personalizados de assistência domiciliária, oferecendo, tanto a quem usufrui dos serviços como ao cuidador, uma melhor qualidade de vida não tendo de deixar o conforto do seu lar, os seus hábitos e costumes e a proximidade dos seus familiares. Tem capacidade para 35 utentes e funciona

durante todo o ano das 8.00 às 17.00 horas. No Serviço de Apoio Domiciliário os Utentes usufruem

DE:

- Alimentação: pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar;
- Atividades de ocupação e animação;
- Encaminhamento para outros serviços (Segurança Social, Centros de apoio psicossocial etc.);
- Higiene pessoal e cuidados de conforto e humanos;
- Acompanhamento em serviços ou necessidades quotidianas (compras para o domicílio, farmácia, cuidados estéticos, banco entre outros);
- Higiene habitacional;
- Administração de medicação;
- Tratamento de roupa;
- Apoio psicossocial;
- Higiene pessoal nas instalações do Centro de Dia, caso a habitação não proporcione as melhores condições para o serviço.

São também realizados outros serviços extras de apoio, de acordo com as reais necessidades do Utente. Pretendendo-se assim um serviço personalizado que vá de encontro as verdadeiras carências do utente. Estes serviços extras poderão ser prestados fora do usual horário de funcionamento.

Todas as refeições da Instituição são confeccionadas com produtos de qualidade, variadas e equilibradas (com a preocupação de manter as tradições gastronómicas da nossa região), tendo as instalações todas as exigências requeridas pela lei, sistema HACCP em vigor, além de regras sólidas de higiene e qualidade alimentar. Todos os produtos químicos utilizados na limpeza das instalações, roupas, ou utensílios têm padrões de qualidade elevados e obedecem à legislação em vigor, assim como, os usados na higiene dos colaboradores e dos próprios utentes.

1 - ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO ANO DE 2017

1.1 - Excursões / Visitas / Participações

Com este tipo de atividade pretende-se não só o afastamento do espaço físico do centro permitindo quebrar a rotina, mas igualmente fomentar o convívio entre os utentes do Centro de Dia e do Apoio Domiciliário, uma vez que estes últimos são convidados a participar nas deslocações. As excursões/visitas/participações surgem também como atividade de lazer, permitindo conhecer novas pessoas e lugares. O transporte é efetuado sob a responsabilidade da Associação. As atividades deste âmbito realizadas em 2017 foram as seguintes:

- Passeio à Sertã ver o desfile de mascarados – 24 de Fevereiro 2017, participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Baile e lanche na Discoteca Big P na Sertã - 03 de Maio 2017, participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário. Promovida pelo núcleo local do CLDS 3 G.
- Passeio à Praia fluvial do Isna de São Carlos – 04 de Julho 2017, participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Visita ao Festival de Gastronomia do Maranhão – 14 de Julho 2017, Passeio pelo festival e lanche convívio. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Pic Nic no campo com lanche convívio e atividades lúdicas - 08 de Agosto de 2017, participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Visita ao Santuário de Nossa Senhora de Fátima – Fátima – 15 de Setembro de 2017, participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Eucaristia, Almoço, e lanche convívio na Carvalha, no âmbito da Festa do Idoso – Sertã – 06 de Outubro 2017, participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.

Fotografias

Visita ao Santuário de Nossa Senhora de Fátima.



1.2 - Atividades de Animação Sociocultural e Voluntariado

Com este tipo de atividade pretende-se permitir uma melhor ocupação do tempo, de forma a realizar atividades que promovam uma melhor e efetiva ocupação do tempo livre, permitindo adquirir novos conhecimentos, fazer trabalhos manuais, pintura, desenho, jogos, trocar ideias, música e conviver. Este trabalho é dinamizado pelas funcionárias do Centro e por voluntárias onde está incluída uma animadora sociocultural.

No ano de 2017, várias foram as atividades realizadas neste âmbito no Centro de Dia. Salientam-se os trabalhos manuais como dobragens, recortes, pinturas, modelagens, realização de trabalhos e decorações para datas festivas. Em relação a jogos efetuaram-se passatempos de memória, concentração e tradicionais. Realizaram-se também várias leituras de âmbito religioso e de outros temas. Por últimos encetaram-se várias atividades musicais que aconteceram tanto nas festas convívio como em outras datas não descritas.

1.3 - Atividades Religiosas

Todas as Sextas é levada aos utentes a Sagrada Comunhão através dos Ministros Extraordinários da Comunhão e com a colaboração da Paróquia. A semelhança de anos anteriores, na Páscoa e na quadra do Natal foram efetuadas as confissões aos utentes por dois párocos. Com estas atividades pretende-se fomentar o espírito Cristão e permitir o seu exercício, levando junto dos utentes sempre que possível essas atividades. Sublinha-se também que todos os anos se realizam uma visita ao Santuário de Nossa Senhora de Fátima.

1.4 - Festas Convívio

As festas convívio acontecem por norma nas instalações do Centro de Assistência social da Freguesia do Cabeçudo e fomentam o convívio entre os utentes permitindo também uma abertura do Centro aos utentes do Apoio Domiciliário e outras pessoas. Assim no ano de 2017 foram efetuadas as seguintes festas convívio:

- Dia do Reis – Animação alusiva à data onde se entoaram as “Janeiras” – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabeçudo. – Janeiro de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Festa de Carnaval – Festa convívio alusiva à data – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabeçudo, com receção às crianças da Escola e Jardim

- de Infância do Cabegudo e cortejo de Carnaval – 27 de fevereiro de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Comemorações do Dia do Pai – 19 de Março de 2017. Entrega de uma flor com mensagem e bolo alusivo ao dia. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Festa das Amêndoas da Páscoa – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabegudo contando com cânticos e distribuição das amêndoas – 13 de Março de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário. São sempre confeccionadas e distribuídas as iguarias tradicionais da Páscoa.
- Comemoração do Dia da Mãe – 06 de Maio 2017 - Entrega de uma flor com mensagem e bolo alusivo ao dia. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Comemorações do Dia dos Avós – Julho de 2017 – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabegudo e contou com almoço, bolo alusivo à data. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Comemorações do Dia do Idoso – Dia 1 e 2 de Outubro de 2017 – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabegudo e contou com lanche, bolo alusivo à data e entrega de uma flor com uma mensagem aos utentes. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Magusto – Festa convívio e magusto com a participação dos alunos da Escola Primária e Pré-escolar do Cabegudo – Novembro de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Festa de Natal – A festa de Natal decorreu nas instalações da Quinta de Santa Teresinha e contou com a presença dos utentes das duas Respostas Sociais e respetivas famílias, assim como dos Órgãos Sociais, funcionários e seus familiares. Existiu animação musical e foram distribuídas as prendas de Natal aos utentes – 01 de Dezembro de 2017. O Espírito Natalício esteve sempre presente desde a envolvência do ambiente, à ementa especialmente escolhida assim como as atividades desenvolvidas. Contou com uma excelente adesão e todos os participantes enalteceram a iniciativa.

Fotografias

Festa de Natal – A festa de Natal decorreu nas instalações da Quinta de Santa Teresinha.





Neste item enumeram-se atividades que acontecem pontualmente e que não estão programadas no Plano de Atividades do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabegudo. Assim, as atividades deste tipo que surgiram foram:

- Horta pedagógica - Durante todo o Verão ocorreram atividades de horta pedagógica com o fim de promover o convívio e o exercício saudável junto dos utentes. Freguesia do Cabegudo. Verão de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Visita do grupo Coro da Alegria – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabegudo – 05 de Julho 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Vacinação de todos os utentes contra a Gripe sazonal. Incluíram-se neste serviço os utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Visitas dos alunos da Escola Primária e Jardim de Infância da Freguesia para entoarem músicas e dinamizar atividades de animação em conjunto com os seus docentes – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabegudo – Janeiro, Fevereiro e Dezembro de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Receção dos alunos da Escola Primária e Jardim de Infância da Freguesia para entoarem músicas e festa “troca de saberes” – Decorreu nas instalações do Centro de Assistência Social da Freguesia do Cabegudo – 13 de Outubro de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.

1.5 - Outras Atividades



- Participação na Festa de Natal da Escola e Jardim de Infância da Freguesia – Decorreu no Salão de Festas de Santo Estevão – 15 de Dezembro de 2017. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Comemoração dos aniversários dos utentes – Festas de aniversários para os utentes com bolos e convívio. Ao longo de todo o ano. Participaram utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Iguarias tradicionais nos dias 24, 25 e 31 de Dezembro de 2017 para todos os utentes do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário.
- Como em anos anteriores realizou-se uma Assembleia Geral em Março e outra em Novembro de 2017.

Fotografias

Visitas dos alunos da Escola Primária e Jardim de Infância da Freguesia para entoarem músicas



Outras Atividades



Participação na Festa de Natal da Escola e Jardim de Infância da Freguesia – Decorreu no Salão de Festas de Santo Estevão



Comemoração dos aniversários dos utentes.



2 – CONCLUSÃO

As atividades aqui enumeradas são o resultado de um ano de vivências, no entanto, muitas

outras atividades surgem diariamente no cotidiano, algumas mesmo que aparecem

inesperadamente: um utente que canta para os outros, as funcionárias que improvisam uma pequena

festa com os utentes, um jogo entre dois utentes que fazem da sala plateia, cantar os parabéns aos

aniversariantes, enfim, dezenas de situações que os ajudam a conviver e a ocupar o tempo.

Salientam-se que paralelamente às atividades apresentadas são desenvolvidos serviços de

higiene e conforto aos utentes, cuidados estéticos, alimentação, transporte, cuidados médicos,

administração de medicação, acompanhamento a serviços de saúde e a tarefas, apoio social e acima

de tudo preocupação com o seu bem-estar e qualidade de vida.

Como se referiu na introdução, diariamente utentes do Serviço de Apoio Domiciliário são

convidados para as instalações do Centro de Dia, uns por não terem condições habitacionais

condignas para passar o dia, outros por necessidade de companhia. Assim a atividades que são

realizadas no Centro de Dia são igualmente extensivas ao Apoio Domiciliário.

Todas estas atividades aqui apresentadas surgem sempre como motor impulsor do

convívio, do divertimento, da sede de conhecer novos lugares, fazer coisas novas e atingir novos

conhecimentos. São importantes e devem ser apoiadas e dinamizadas sempre que possível.

Elaborado por João Correia em Março de 2018