

# SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

## POLO SÉ



### Plano Anual de Atividades 2018



## Índice

Introdução .....	3
Plano de Ação/Intervenção .....	5
1. Cuidados e Serviços .....	5
1.1. Animação/socialização .....	5
1.1.1 Atividades Ocupacionais.....	6
2. Acompanhamento Social .....	6
3. Coordenação e Supervisão do serviço .....	7
4. Comemoração de dias festivos 2018 .....	8
5. Visitas programadas .....	9
6. Desenvolvimento de parcerias/ Estabelecimento de protocolos .....	10
Recursos .....	11
Metodologia de Avaliação .....	12
Conclusão .....	13

## Introdução:

O Plano de Atividades constitui-se como um instrumento orientador da atuação ao longo de todo o ano, fazendo dele parte um programa com as linhas gerais que estarão na base da execução das atividades socioculturais e dos projetos desenvolvidos nas diferentes respostas sociais do Centro Social da Sé Catedral do Porto, com as quais se articula no sentido de potenciar e otimizar os recursos.

O principal objetivo deste plano é ir ao encontro do cumprimento da Missão da Instituição: intervir junto da população da freguesia e contribuir para o desenvolvimento dos utentes de cada resposta, mas também da população em geral, com serviços adequados às necessidades, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida, nomeadamente em contexto de Apoio Domiciliário, resposta social objecto deste plano.

As atividades e serviços elencados no plano de intervenção, com o objetivo de serem concretizadas ao longo do ano em calendarização adequada, tem em vista acima de tudo, facultar aos ~~seus~~ utentes, diversos benefícios para a sua saúde física, bem-estar emocional e social.

A ocupação e o contacto/comunicação ajuda os idosos a diminuir o sentimento de solidão e isolamento, fortalece a sua autoestima, exercita as competências cognitivas e manutenção de hábitos saudáveis, retardando desta forma possíveis demências, tornando-se um participante mais ativo na promoção da sua saúde, retardando ou evitando a institucionalização.

A concretização de algumas atividades propostas poderá ser influenciada quer por fatores externos e/ou internos, que poderão condicionar o seu desenvolvimento normal. Como consequência, durante o ano, serão adotadas as alterações que se tornem necessárias em consonância com as novas atividades propostas, vindas de parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais quer informais.

A concretização deste plano passa, em grande parte, pelo esforço e pela vontade de todos os que trabalham nesta Instituição.

A concretização deste plano, assim como a prestação do Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) torna indispensável o esforço, dedicação, vontade e uma articulação

eficaz do procedimento de todos os colaboradores com a Instituição, de forma a tornar viável uma boa qualidade dos serviços aos beneficiários.

## Plano de Ação /Intervenção

### 1- Cuidados e Serviços

Atividades/Serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fornecimento/administração de Alimentação;</li> <li>• Higiene pessoal;</li> <li>• Higiene doméstica;</li> <li>• Tratamento de roupa;</li> <li>• Teleassistência;</li> </ul>	Prestar o Serviço de acordo com a legislação aplicável e as orientações da Segurança Social no sentido de contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes.	Todo o ano	Satisfação do idoso, Qualidade do serviço prestado; Melhoria da qualidade de vida do idoso;

#### 1.1. Animação/Socialização

Atividades e serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
Celebração dos aniversários dos idosos no seu domicílio	Contribuir para a melhoria da qualidade de vida. Estimular a participação Contribuir para a autoestima positiva e auto valorização	Todo o ano sempre que haja aniversário	Satisfação do idoso
Auxilio nas compras, pagamento de serviços	Contribuir para a melhoria da qualidade de vida.	Sempre que solicitado	Satisfação do idoso
Acompanhar na deslocação a entidades da comunidade	Contribuir para a melhoria da qualidade de vida.	Sempre que solicitado	Satisfação do idoso
Acompanhar ao médico/marcação de consultas	Acompanhar na deslocação ao Centro de Saúde, marcação de exames médicos e de consultas. Acompanhar para fazer exames e análises clínicas	Sempre que solicitado	Satisfação das necessidades do idoso
Execução/auxílio de pequenas reparações ou tarefas no domicílio	Responder às necessidades do idoso, Proporcionar conforto.	Sempre que solicitado	Satisfação das necessidades do idoso

### 1.1.1 Atividades ocupacionais

Atividades /serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
“Conversas do dia-a-dia”	Estimulação cognitiva; Promoção da autoestima e auto-valorização; Minimização de eventuais níveis elevados de isolamento;	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo
Exercícios de identificação de objetos	Estimulação cognitiva, orientação, linguagem, raciocínio.	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo
Exercícios de atenção e memória	Estimulação cognitiva, da atenção, memória, criatividade, cálculo mental.	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo
Jogos de motricidade	Desenvolvimento motricidade (fina e grossa), atenção e memória, pintura.	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo
Exercícios de estimulação física	Promover o exercício e atividade física na residência do idoso.	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo

## 2- Acompanhamento Social

Atividades /serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
Visitas domiciliárias	Acompanhamento individual e familiar <i>in loco</i> numa lógica de proximidade; Diagnóstico aprofundado das necessidades mais prementes do utente; Articulação com a família no sentido de promover a estimulação de competências e independência do utente, bem como hábitos de vida saudáveis; Intervenção/ resposta ajustada às particularidades de cada situação; Elaboração conjunta do Plano Individual de Cuidados;	Todo o ano	Intervenção individual ou familiar no sentido de promover alterações na situação

Atendimento Social a utentes e familiares	Atendimento/acolhimento e esclarecimento quanto ao funcionamento do serviço; Avaliação /diagnóstico das necessidades; Processo de admissão – inscrição/Instrução de processo individual de utente; Elaboração conjunta do Plano Individual de Cuidados; Integração em SAD;	Sempre que necessário	Conseguir responder às solicitações da comunidade; Responder em tempo útil às situações; Espera-se promover a integração social dos idosos e seus familiares em situação de disfunção socioeconómica;
Formação e sensibilização dos familiares e cuidadores informais.	Proporcionar informação e formação ao cuidador/família	Sempre que necessário	Responder às necessidades da família /descanso do cuidador
Articulação com a família	Sensibilizar a rede familiar, quando existente, quanto à necessidade de assegurar um acompanhamento próximo, envolvendo os outros significativos no quotidiano do utente;	Sempre que necessário	Promover a integração do utente na família, contribuindo para o seu bem-estar afetivo
Articulação com entidades da comunidade	Intervenção concertada quer na resposta às sinalizações recebidas, quer no encaminhamento adequado para entidades e serviços da comunidade;	Sempre que necessário	Promover respostas a necessidades diversas, desenvolvendo um trabalho em rede concentrado n bem-estar do utente

### 3- Coordenação e supervisão do serviço - SAD

Atividades /serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
Divulgação da Resposta Social de SAD na Comunidade envolvente	Visitas ao domicílio Contactos com as várias entidades da comunidade	Todo o ano	Divulgação do Serviço de SAD
Melhorar a qualidade dos serviços prestados	Reuniões com Direção Reuniões com equipa	Trimestral Quinzenal	Melhorar o modelo de organização de SAD Solucionar problemas sinalizados

Acompanhamento e supervisão dos serviços	Avaliação dos serviços prestados aos destinatários; Diagnóstico aprofundado das necessidades e situação particular de cada utente	Todo o ano	Proceder a ajustes para colmatar eventuais descontentamentos; Melhorar a qualidade da prestação de serviços
Ações de formação interna/externa	Promover o desenvolvimento de competências junto da equipa do SAD	Todo o ano	Melhorar o desempenho dos colaboradores e aumentar a qualidade dos serviços

#### 4- Comemoração de dias festivos -2018

Descrição Atividade	Calendarização	Objetivo
Janeiras	Janeiro	Contribuir para o envelhecimento ativo. Promover o convívio/encontro entre os idosos das várias respostas
Carnaval	Fevereiro	Contribuir para o envelhecimento ativo. Promover convívio/encontro entre os idosos das várias respostas. Promoção dos costumes e tradições. Promover a socialização e reforço dos laços afetivos
Páscoa- Almoço convívio	Abril	Contribuir para o envelhecimento ativo. Fomentar o intercâmbio, a socialização e reforço de laços afetivos Entrega de lembrança
Santos Populares-S. João	Junho	Contribuir para o envelhecimento ativo. Promoção dos costumes e tradições. Fomentar o intercâmbio, a socialização e reforço de laços afetivos
Festa de Verão	Julho	Fomentar o convívio, a interação e reforço de laços afetivos
Dia Internacional do Idoso	Outubro	Contribuir para o envelhecimento ativo
S. Martinho	Novembro	Contribuir para o envelhecimento ativo. Fomentar o convívio, a interação e reforço de laços afetivos. Promoção dos costumes e tradições
Natal- Almoço convívio	Dezembro	Contribuir para o envelhecimento ativo Fomentar o convívio, a interação e reforço de laços afetivos
Quadra Natalícia	Dezembro	Entrega de uma lembrança a todos os idosos do serviço de domicílio



## 5 – Visitas propostas a realizar na carrinha \*

<b>Datas a acordar</b>	<b>Trajetos</b>
Março	Guimarães
Abril	Serra da Freita
Maio	Gondomar: Sra. do Salto
Junho	Vieira do Minho- Ermal

\* Apenas para utentes impossibilitados de participar nos passeios de autocarro, mas com condições físicas de mobilidade mínima para deslocações em viatura. Sujeitos à disponibilidade do animador, capacidade e disponibilidade da carrinha

No sentido de se otimizarem recursos e de se proporcionar aos utentes do SAD a participação nas atividades institucionais, alargando a sua integração em iniciativas culturais e de lazer de outras respostas sociais, considerámos pertinente incluir neste Plano de Atividades os passeios programados pelo Centro Comunitário e Centro de Dia do CSSCP.

<b>PASSEIOS PROGRAMADOS 2018</b>	
<b>Autocarro</b>	
<b>Trajetos</b>	
Porto/Viana do Castelo /Ponte de Lima / Braga /Porto	
Porto/ Amarante / Resende/ Marco de Canaveses / Porto	
Porto/Santo Tirso - Santuário de Nossa Senhora da Assunção (Piquenique) /Santuário Alexandrina de Balazar / Porto	
<b>Combinado Comboio + Barco</b>	
<b>Trajetos</b>	
Porto-Régua (almoço a bordo)	

## 6 - Desenvolvimento de parcerias/ estabelecimento de protocolos

Reconhecendo o elevado nível de isolamento social dos idosos residentes na zona histórica da cidade do Porto, consideramos premente minimizar, o mais possível, as necessidades associadas a esta problemática e atenuar a frágil rede de sociabilidade dos nossos utentes. Neste sentido, propomos a articulação com vários recursos da comunidade e o estabelecimento de parcerias, protocoladas ou não, que permitam utilizar recursos voluntários que assegurem um acompanhamento regular dos utentes mais isolados. Propomos assim, articular com entidades como G.A.S. Porto (Grupo de Ação Social do Porto), VO.U., (Associação de Voluntariado Universitário, Coração Amarelo, Chave de Afetos, Vicentinas e Ajudaris, no sentido de estreitar relações e estabelecer parcerias.

<b>Voluntariado de apoio a idosos</b>		
<b>Atividade</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Objetivo</b>
Prestar apoio nas variadas atividades instrumentais de vida diária (AIVD)	Todo o ano	Contribuir para manter o idoso integrado na comunidade Apoiar em situações de vulnerabilidade psicofísica
Fazer companhia - dar afeto e atenção	Todo o ano	Contrariar a solidão e ausência de retaguarda familiar
Visitas	Semanais	Contribuir para a estabilidade emocional e segurança

## **Recursos**

### **Recursos humanos**

Diretora de serviços

Assistente Social

Ajudantes de ação direta

Utentes, familiares ou pessoas próximas

Parceiros externos

### **Recursos financeiros**

Os custos financeiros serão suportados pelo Centro Social da Sé Catedral.

## **Metodologia de Avaliação:**

A metodologia a adotar para a avaliação do plano de intervenção/atividades a desenvolver na Resposta Social de SAD:

- Método de observação direta, de reflexão teórica e de auscultação junto dos utentes.
- Análise das atividades realizadas e orientação / resolução de problemas / dificuldades que possam surgir.
- Registos/monitorização da adesão, participação e desempenho dos utentes implicados nas atividades.

## Conclusão

Consideramos, por isso, que todas as atividades a serem desenvolvidas ao longo do ano de 2018, deverão corresponder às necessidades evidenciadas, aproximando a nossa intervenção das especificidades dos nossos utentes, respeitando os seus hábitos, rotinas, histórias de vida e gostos pessoais.

Perspetivamos o SAD enquanto serviço de apoio continuado, diário e incitador da autonomia, com o objetivo de complementar as limitações por um lado, e de estimular as competências, retardando as perdas por outro.

É por isso também uma intervenção focada em minimizar o desgaste dos cuidadores informais (família), contribuindo para o saudável relacionamento, qualidade de vida e bem-estar do agregado familiar.

As atividades de animação/socialização incitam à estimulação física, cognitiva, promovendo o fortalecimento de redes sociais, contribuindo para o desenvolvimento de aprendizagens e para o enriquecimento pessoal, recusando uma perspetiva do idoso enquanto ser imutável e estagnado no seu processo de desenvolvimento.

Não descuramos, por isso, a valorização do saber, das competências e das vivências pessoais dos nossos utentes, contribuindo para o seu autorreconhecimento, valorização e seu sentimento de utilidade.

Em suma, implicamo-nos em promover a mudança, em contribuir para a integração social de uma faixa populacional habitualmente marcada pelo estigma e vulnerabilidade, pretendendo promover um envelhecimento bem-sucedido.