

# SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

## POLO MIRAGAIA



### Plano Anual de Atividades 2019



## 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 .....	8
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:

Encarando a necessidade de assegurar serviços personalizados, alternativos a respostas sociais com consequências mais abruptas no corte com os contextos naturais de vida dos indivíduos, tornando esta rutura o mais tardia possível, o Centro Social da Sé Catedral do Porto (CSSCP), tem vindo, no último ano, a apostar e solidificar uma resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário de incidência nas áreas geográficas de Miragaia e Cedofeita, bem como zonas limítrofes, desde o dia 1 de Setembro de 2017, cujas instalações físicas estão edificadas no mais recente polo da instituição – Polo de Miragaia.

Pretendemos, por isso, responder a necessidades da comunidade da Zona Histórica do Porto, cuja abrangência geográfica aspiramos aumentar, tendo o CSSCP investido em recursos materiais, nomeadamente instalações físicas e transporte, com o intuito de potenciar a realização de algumas atividades dentro das instalações, bem como a deslocação dos serviços e sua descentralização com a facilitação da sua mobilidade.

Desta feita, a instituição tem vindo a manter a sua máxima no sentido de promover o crescimento da resposta social, assegurar a satisfação das necessidades de indivíduos com níveis de autonomia comprometidos, dependentes de terceiros para a realização de Atividades de Vida Diária, apostando na conciliação da vida profissional e familiar do agregado familiar, promovendo a permanência dos indivíduos no seu contexto habitual, de grande poder simbólico, e retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais.

Concretizamos esta intervenção na produção de respostas adaptadas às debilidades psicofísicas dos indivíduos, prestando uma panóplia de serviços, tais como fornecimento e apoio nas refeições, administração da medicação, cuidados de higiene, tratamento da roupa, higiene habitacional, atividades de socialização, teleassistência, serviços e cuidados determinados em função do Plano Individual de Cuidados, proveniente de um diagnóstico resultante de uma estreita articulação entre o serviço, familiares e beneficiário do serviço.

Neste sentido, o Plano de Atividades de 2019 do Serviço de Apoio Domiciliário do Polo de Miragaia assenta os seus objetivos e atividades numa avaliação que prima pela

personalização da intervenção, sendo evidente, contudo, uma proeminência de problemáticas transversais à nossa população, tais como pobreza nas rotinas diárias e ausência de apelativos e diversificados estímulos e dinâmicas, elevado grau de isolamento social, elevados níveis de dependência progressiva e fragilidades ao nível da saúde, pelo que este plano assenta em atividades que permitem minimizar os problemas elencados.

Para a operacionalização destes cuidados e atividades, será imprescindível continuarmos a contar com uma equipa de profissionais constituída por duas Ajudantes de Ação Direta e uma Técnica de Serviço Social com responsabilidades de Direção Técnica, recursos responsáveis pela prestação dos serviços apresentados, mantendo as máximas de qualidade na prestação dos serviços; pertinência; adequação e personalização, como modo de suprir ou minimizar as vulnerabilidades dos nossos beneficiários.

Neste sentido, mantemos a estrutura deste Plano de Ação/Intervenção dando enfoque aos Cuidados e Serviços que pretendemos continuar a prestar: serviços de resposta a necessidades básicas; serviços de animação/socialização, destacando, à semelhança de 2018 as atividades ocupacionais; acompanhamento social; não descurando a gestão de equipa de SAD.

Propomos ainda atividades de convívio e lazer no exterior, a comemoração de dias festivos, bem como o estabelecimento de parcerias com organizações voluntárias, não tendo esta última diligência prevista sido possível concretizar no ano de 2018.

## Plano de Ação /Intervenção

### 1- Cuidados e Serviços

Atividades/Serviços	Objetivos	Calendarização	Resultados Esperados
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fornecimento e apoio nas refeições respeitando as dietas com prescrição médica;</li><li>• Administração de medicação devidamente prescrita;</li><li>• Cuidados de Higiene e Conforto;</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 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
Serviço de cabeleireiro	Promover cuidados de estética em contexto domiciliário e em estabelecimento institucional	1 vez por mês	Contribuir para o envelhecimento ativo
“Tardes Convívio”	Promover a saída do contexto de permanência habitual, frequência dos utilizadores no espaço institucional, proporcionando tardes de convívio regulares em ambiente protegido	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 no 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, bem como diagnóstico aprofundado das necessidades e situação particular de cada utente	Todo o ano	Proceder a ajustes para colmatar eventuais descontentamentos; Melhorar a qualidade de prestação de serviços
Ações de formação interna/externa	Promover o desenvolvimento de competências junto da equipa do SAD	Todo o ano	Promover a qualidade de desempenho dos colaboradores e fomentar a qualidade dos serviços



#### 4- Comemoração de dias festivos -2019

Descrição Atividade	Calendarização	Objetivo
Janeiras	Janeiro	Contribuir para o envelhecimento ativo. Promover convívio/encontro entre os idosos das várias respostas
Carnaval	Março	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
Rancho Internacional	Julho	Contribuir para o envelhecimento ativo 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>
Abril	Braga (Bom Jesus)
Maio	S. Pedro da Cova (Museu Mineiro)
Junho	Ermesinde (Igreja Santa Rita)
Setembro	Furadouro / Costa Nova

\* 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 2019</b>	
<b>Autocarro</b>	
<b>Trajetos</b>	
20 Março - Fátima	
5 Maio – Parque da Capela – Penafiel	
15 Maio – Aveiro/Ílhavo	
25 Setembro – Sr <sup>a</sup> da Graça	

## 6 - Desenvolvimento de parcerias/ estabelecimento de protocolos

No sentido de promover a minimização dos efeitos do isolamento social nos nossos utilizadores, problema de elevado protagonismo na zona histórica da cidade do Porto, área progressivamente desertificada no que respeita a portuenses, consideramos indispensável investir no estabelecimento de parcerias/protocolos com organizações voluntárias estruturadas e de intervenção especializada que permitam assegurar um acompanhamento regular dos nossos utilizadores, diagnosticando problemas quotidianos e apoiando na realização de algumas

atividades e tarefas essenciais ao seu bem-estar, por intermédio de visitas domiciliárias. Assim, consideramos que se fomenta um convívio intergeracional, se promove a valorização das histórias de vida e partilha de experiências, numa lógica de valorização do idoso, ressaltando a sua validade e utilidade.

Com esse objetivo, e apesar de não ter sido possível a concretização de parcerias ao longo do ano de 2018, considera-se necessário ressaltar a importância da articulação com G.A.S. Porto (Grupo de Ação Social do Porto) e VO.U. (Associação de Voluntariado Universitário) ao longo do ano de 2019.

<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
Articulação com estruturas locais vigentes	Todo o ano	Contribuir para o diagnóstico de problemas, implicando-se na promoção da saúde, segurança e bem-estar no geral
Visitas domiciliárias	Semanais	Contrariar a solidão e ausência de retaguarda familiar Valorização das histórias de vida e partilha de experiências

## **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

No sentido de promover uma intervenção diretiva, ajustada aos problemas diagnosticados junto dos utilizadores, consideramos indispensável a persecução dos objetivos determinados neste Plano de Atividades, cuja concretização tem como pressuposto o respeito pelos indivíduos no que concerne às suas idiossincrasias, minimização das suas diversas fragilidades, e potencialização dos seus recursos e competências, contribuindo, em larga escala, para o seu desenvolvimento pessoal e bem-estar.

Desta feita, destacamos as atividades de animação/socialização que 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 descuidamos, 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.

Assim, encaramos neste Plano de Atividades o Serviço de Apoio Domiciliário como resposta social que substitui, em muitos casos, a ausência de recursos de suporte fundamentais, tais como a família, sendo que a equipa de recursos humanos, constitui a rede de suporte e de interação diária com os utilizadores, sendo assim responsável pela produção de serviços operacionais eficazes, pelo suporte afetivo, e pela promoção do desenvolvimento pessoal (por via da estimulação de competências, contribuindo para o retardar de perdas), uma vez que constitui um serviço de proximidade.

Não protagonizando apenas as situações de isolamento social, este Plano de Intervenção não descarta os Agregados Familiares nos quais os cuidadores informais (familiares) assumem grande destaque, contribuindo assim para a minimização do seu desgaste.

Em síntese, reforçamos com esta intervenção, a promoção de mudanças positivas, dando especial enfoque a situações de exclusão social, e a indivíduos num estado de desenvolvimento humano marcado pelo estigma e vulnerabilidade,

contrariando e minimizando as suas fragilidades, preconizando um envelhecimento bem-sucedido.