



PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Serviço de Apoio Domiciliário

SAD

O Plano de Atividades é um guião da nossa atuação ao longo do ano, e um programa que contém as linhas gerais orientadoras das atividades e dos Serviços de Apoio Domiciliário (SAD) a prestar, da Associação de Fraternidade e Solidariedade Social, com vista ao cumprimento da missão desta instituição.

Ao falarmos de Apoio Domiciliário, temos em mente a satisfação dos serviços básicos, alimentação, higiene (pessoal e da habitação) e tratamento de roupas, serviços prestados aos idosos que se encontram nas suas residências, com as suas capacidades físicas ou mentais afetadas,

Depois destas necessidades supridas, todo o ser humano procura mais, e é aqui que nos deparamos com as necessidades de animação do idoso, as quais fazem renascer o seu sentimento de pertença à comunidade, assim como o crescimento da sua autoestima.

Possuímos uma equipa empenhada e dedicada que diariamente leva a cada lar em situação de fragilidade e vulnerabilidade, um sorriso, o conforto de um carinho e boa disposição, que muitas vezes é a única ligação ao exterior.

No decurso da prestação do serviço de apoio domiciliário, constata-se que os beneficiários do serviço necessitam também, de quem lhes faça companhia, de quem os estimule para interesses e aprendizagens diferentes, de quem os escute.

Através da animação e da concretização de diversas atividades procura-se estimular a atividade física, mental e afetiva dos idosos, quer quando este vive só ou quando vive com familiares mas limitados pelas suas ocupações profissionais e também tendo em conta o seu desgaste físico e emocional.

Neste sentido, em 2019 procuraremos dar continuidade e incrementar a oferta de serviços do SAD, continuando empenhados em trabalhar na perspetiva da melhoria da sua qualidade.

Procederemos à planificação das nossas atividades para que a intervenção ao longo do ano junto das pessoas que nos solicitam, seja organizada e bem preparada, para podermos dar uma resposta rápida e efetiva a novas solicitações dos nossos idosos.

A prestação do serviço de SAD torna indispensável a articulação eficaz da conduta de todos os colaboradores com a Instituição, de forma a tornar viável e visível a qualidade dos serviços junto dos seus beneficiários.

Atividades a desenvolver

Plano de Ação/Intervenção

Atividades Serviços	Objetivos Ação a desenvolver	Calendarização	Resultados Esperados
Prestar o Serviço de Apoio Domiciliário	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
Apoio social Acompanhar o utente (visita ao domicílio)	Acompanhamento individual e familiar Identificação de necessidades a nível da saúde e outras	Todo o ano	Intervenção individual ou familiar no sentido de promover alterações na situação
Atendimento a utentes e familiares	Atendimento/acolhimento e informação às pessoas Avaliação /diagnóstico das situações Inscrição Instrução de processo individual do utente Integração em SAD	Sempre que solicitado	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 solicitado	Responder às necessidades da família /descanso do cuidador
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 Mensal	Melhorar o modelo de organização de SAD Solucionar problemas sinalizados
Avaliar a qualidade da resposta social	Avaliação dos serviços prestados aos destinatários	Semestral	Proceder a possíveis alterações para colmatar eventuais descontentamentos

Desenvolvimento / planificação de atividades de animação e socialização

Atividades de animação/socialização	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 autovalorização	Todo o ano (Sempre que haja aniversário)	Satisfação do idoso
Auxílio nas compras, pagamento de serviços e na deslocação a entidades da comunidade	Contribuir para a melhoria da qualidade de vida	Sempre que solicitado	Satisfação do idoso
Acompanhar na deslocação a entidades da comunidade e arredores	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

Comemoração de dias festivos para o ano 2019

Atividade	Calendarização	Objetivo
Aniversário do idoso no domicílio	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo Promover laços afetivos e socialização
Janeiras (Cantar os Reis com as Crianças do Pré-Escolar pela freguesia)	Janeiro	Contribuir para o envelhecimento ativo Promover convívio/encontro entre os idosos e as crianças
Preparativos para o desfile de Carnaval	Fevereiro	Promoção dos costumes e tradições Promover laços afetivos e socialização
Carnaval (Participação com as crianças do Pré-Escolar no desfile de carnaval pela freguesia)	Março	Contribuir para o envelhecimento ativo. Promover convívio/encontro entre os idosos e as crianças Promoção dos costumes e tradições Promover a socialização e reforço dos laços afetivos.
Mês de Maria (Pequeno passeio até a capela para se rezar o terço)	Maio	Fomentar o intercâmbio, a socialização e reforço de laços afetivos
Páscoa – Lanche Convívio	Abril	Contribuir para o envelhecimento ativo Fomentar o intercâmbio, a socialização e reforço de laços afetivos
Marchas de S. João (ensaios e participação nas marchas)	Julho	Contribuir para o envelhecimento ativo. Promoção dos costumes e tradições. Fomentar o intercâmbio, a socialização e reforço de laços afetivos

Festa de Verão	Agosto	Fomentar o convívio, a interação e reforço de laços afetivos
Passeio à St.^a Eufémia	Setembro	Fomentar o convívio com outras instituições Promover a participação dos utentes na vertente religiosa Promover momentos de oração
Dia Internacional do Idoso (Convívio entre Instituições – a definir)	Outubro	Contribuir para o envelhecimento
S. Martinho (Magusto entre clientes, sócios, direção e funcionárias)	Novembro	Contribuir para o envelhecimento ativo. Fomentar o convívio, a interação e reforço de laços afetivos.
Natal (Almoço convívio entre clientes, direção e funcionárias)	Dezembro	Contribuir para o envelhecimento ativo. Fomentar o convívio, a interação e reforço de laços afetivos do serviço de domicílio.
Quadra Natalícia	Dezembro	Entrega de uma lembrança a todos os idosos

Planificação de atividades ocupacionais

Atividades ocupacionais	Objetivos Específicos	Calendarização	Resultados Esperados
“Conversas do dia-a-dia”	Estimulação cognitiva Estimular através da conversação Aumentar a auto estima e auto valorização	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo Interação
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 atenção e memória, pintura	Todo o ano	Contribuir para o envelhecimento ativo

Recursos necessários

- **Recursos humanos**

Direcção

Diretora Técnica

Ajudantes de Ação Direta

Utentes, familiares ou pessoas próximas

Sócios

- **Recursos financeiros** Os custos financeiros serão suportados pela Instituição

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.

Todos os serviços e atividades são e serão tendencialmente desenvolvidas diariamente, contribuindo dessa forma para o bem-estar dos idosos bem como para a qualidade de vida do agregado familiar. A ocupação depende do projeto de vida de cada um, hábitos e vivências, assim como dos estímulos e motivações oferecidos pelo SAD.

A animação é um estímulo da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa, tendo vários objetivos como promover novas descobertas e aprendizagens; proporcionar uma vida mais dinâmica e harmoniosa; motivar a uma ocupação adequada do tempo livre,

contrariar a desocupação e a passividade muito peculiar nesta etapa da vida; valorizar as capacidades, competências, vivências e saberes do idoso, aumentando a sua autoestima.

Esta prática permite-nos conhecer melhor os idosos, as suas características pessoais, valores, cultura, capacidades, dificuldades e gostos, detetando também os seus interesses e logo promover estratégias adequadas de desenvolvimento da autonomia. Somos um serviço ao serviço da comunidade, estamos aqui para cuidar das pessoas prestando-lhes cuidados com a máxima qualidade, fazendo-as sentirem-se melhor.