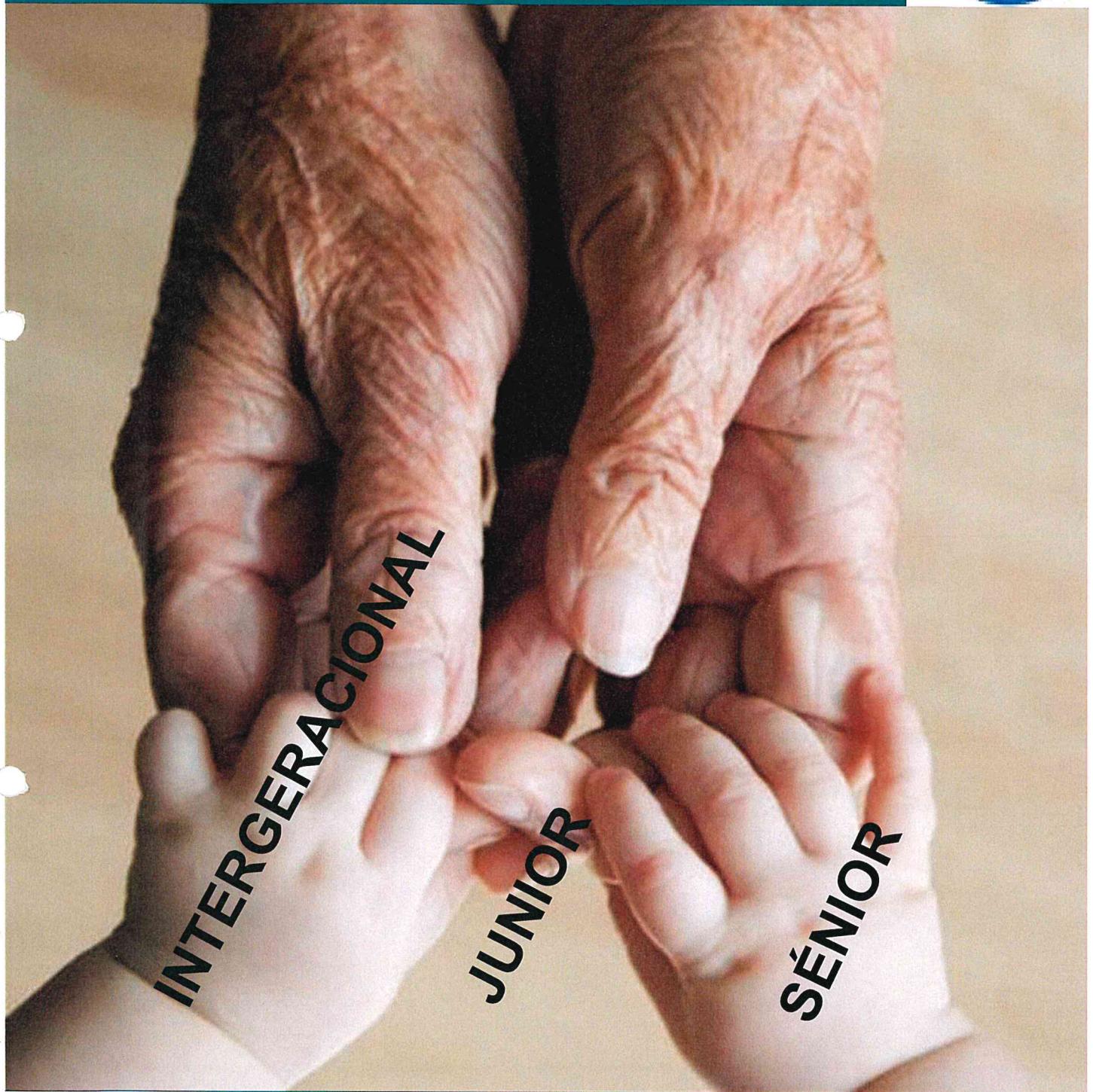
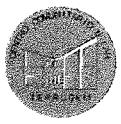


PLANO DE ATIVIDADES



2019

Associação de Reformados da
Freguesia da Terrugem



CENTRO COMUNITÁRIO E LAR DA TERRUGEM
Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem (IPSS) – Sintra

Produzido por:

Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem
Estrada A-do-Pipo, n.º 9 e 11
2705-867 Terrugem, Sintra
Portugal

secretaria@cclterrugem.pt
Tel.: 219617279
Fax: 219618605



Introdução

O Plano de Atividades do CCLT para 2019 é um instrumento orientador da atuação ao longo de todo o ano, que sistematiza as diversas propostas de ação definidas, para concretizar os objetivos estratégicos e para responder às necessidades da instituição e das diferentes partes interessadas (utentes, colaboradores e sócios).

Face à atual conjuntura nacional e ao desenvolvimento das atividades planeadas para 2018, pretende-se para 2019 a otimização dos serviços prestados pelo CCLT, a rationalização dos recursos existentes, a dinamização das atividades com fins lucrativos e a criação de formas de diversificação das fontes de financiamento, ações estas geradoras dos recursos indispensáveis ao funcionamento e à continuidade da instituição.

As linhas de ação para 2019 regem-se por critérios de eficiência, eficácia e qualidade, tendo em vista a existência de uma organização sustentável, com o objetivo primordial de melhorar o desempenho dos serviços prestados pelo CCLT, no cumprimento da sua missão, criando meios que permitam uma diminuição ao nível de dependência dos apoios públicos.

Prioriza-se, assim, a redução das despesas ao nível da estrutura e do funcionamento, a melhoria da qualidade dos serviços prestados, dos bens produzidos e também o reforço da imagem da instituição.

Este também contém um programa, com as linhas gerais que irão guiar as atividades e os projetos das diferentes respostas sociais da área sénior e infantil. No entanto, a sua execução poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar o seu desenvolvimento normal, pelo que, ao longo do ano, poderão ser feitas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades, provenientes das parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais ou informais.

O programa é constituído por um conjunto de planos, que foram realizados segundo as terminologias e as áreas de intervenção, seguintes:

- Plano de Atividades Socioculturais
- Plano de Atividades Infantil
- Plano de Atividades Intergeracionais

Bem como um último anexo, no qual tentamos dar resposta a algumas preocupações que possam ser manifestadas pelos utentes e pessoas significativas, através de Formações e Informações destinadas aos mesmos.



Índice

1.	Enquadramento Institucional.....	5
1.1.	Síntese Histórica	5
1.2.	Caraterização das Respostas Sociais	5
1.3.	Caraterização dos Recursos Materiais	11
1.4.	Parcerias.....	12
2.	Análise Estratégica	13
2.1.	Analise Swot	13
2.2.	Formulação da Estratégia	14
a)	Missão	14
b)	Valores	14
c)	Visão	14
2.3.	Políticas	15
3.	Recursos Humanos	16
3.1.	Caraterização	16
3.2.	Competências	17
3.3.	Formação e Desenvolvimento dos Colaboradores	17
4.	Unidade de Cuidados Continuados	25
5.	Revisão do Sistema de Qualidade.....	25
6.	Sócios.....	26
6.1.	Actividades	26
6.2.	Serviços	27



Índice de Anexos

Anexo I – Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural

- Plano Anual de Animação Séniors 2019
- Plano de Atividades Intergeracionais 2018/ 2019
- Atividade de Formação e Informação para Utentes e Representantes

Anexo II – Plano de Atividade Infantil

- Plano de atividades 2018/2019
- Monitorização dos Objetivos



1. Enquadramento Institucional

1.1. Síntese Histórica

A Associação de Reformados da Freguesia de Terrugem – Sintra, Instituição Particular de Solidariedade Social, fundada em 1992, funcionava com as Respostas Sociais (RS) de Centro de Dia (CD) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) desde 1997, prestando apoio à população idosa e dependente da freguesia da Terrugem e limítrofes.

Em Setembro de 2009, a construção do Centro Comunitário e Lar da Terrugem ficou concluída. O novo Equipamento da Associação permitiu alargar a capacidade das Respostas Sociais já existentes, para 50 utentes em Centro de Dia e 25 em Serviço de Apoio Domiciliário.

E as respostas sociais criadas Estrutura Residencial para idosos (ERPI) e Creche, com capacidade para 46 idosos e 36 crianças respetivamente.

Outra das consequências do crescimento e criação de novas respostas sociais foi o aumento da abrangência da nossa atuação, deixando de dar resposta apenas ao concelho de Sintra, mas também a outros concelhos do distrito de Lisboa.

1.2. Caraterização das Respostas Sociais

Caracterização das Respostas Sociais destinadas aos Idosos (SENIOR)

A Instituição tem três áreas de atuação, para dar resposta às necessidades da população idosa, sendo estas: a Estrutura Residencial para Idosos (ERPI), o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e o Centro de Dia (CD).

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)

“(...) Considera-se estrutura residencial para pessoas idosas, o estabelecimento para alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, em que sejam desenvolvidas atividades de apoio social e prestados cuidados de enfermagem.” (ponto 2, do artigo 1.º, da Portaria n.º 67/2012, de 21 de Março)



O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

"É uma resposta social, que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no domicílio, em situação de dependência física ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito." (artigo 2.º, da Portaria n.º 38/2013, de 30 de Janeiro)

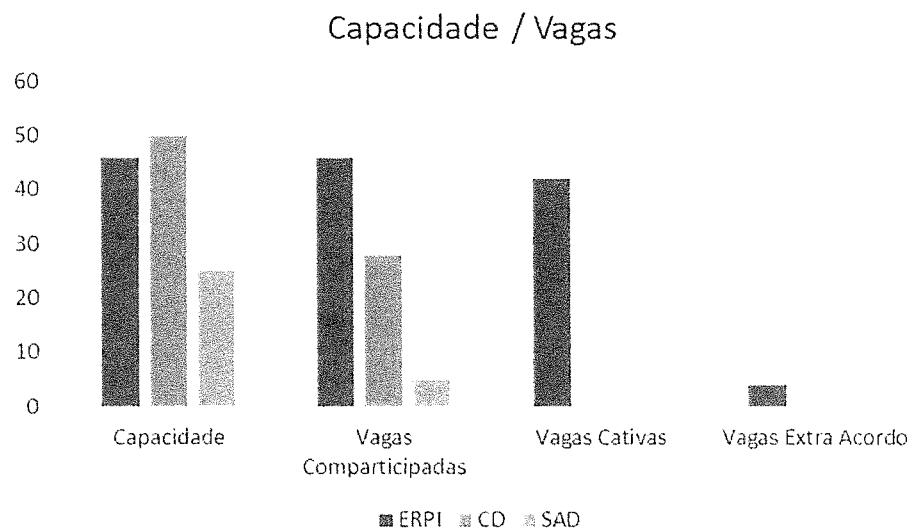
O Centro de Dia (CD)

Tem vindo a evoluir, adaptando-se às realidades em presença, particularmente no que se refere à sua conceção e aos serviços prestados, constituindo assim, em muitos casos um polo dinamizador e ponto de partida para a prestação e/ou desenvolvimento de atividades na Comunidade.

O Centro de Dia é uma resposta social desenvolvida em equipamento, que consiste na apresentação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar e fomentar relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento.

No geral, a Instituição tem capacidade para receber 25 idosos no SAD, 50 em Centro de Dia e 46 em ERPI, sendo que apenas somos comparticipados por 5 utentes em SAD, 28 em Centro de Dia, 46 em ERPI (42 vagas cativas e 4 vagas extra acordo).

Gráfico n.º 1
Caraterização das Respostas Sociais Séniors



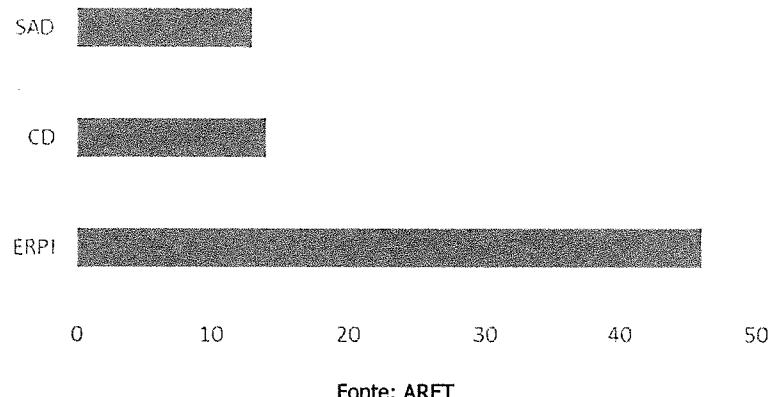
Fonte: ARFT



CENTRO COMUNITÁRIO E LAR DA TERRUGEM
Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem (IPSS) – Sintra

Na realidade atual, temos uma frequência efetiva, em Outubro/18, de 13 utentes em SAD, 14 em Centro de Dia e 46 em ERPI.

Frequências de Outubro de 2018

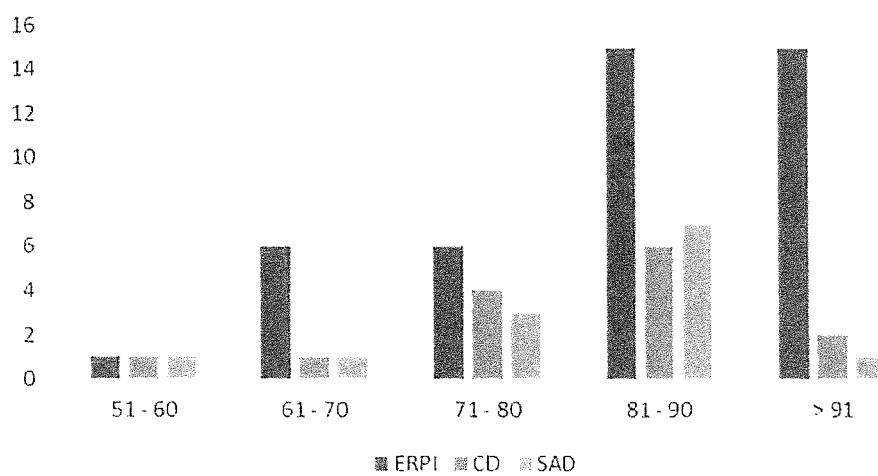


Fonte: ARFT

No que se refere à caraterização dos utentes segundo as idades, podemos constatar que a maioria dos utentes está entre os 81 e 90 anos nas três Respostas Sociais.

Gráfico n.º 2
Caraterização dos Clientes das Respostas Sociais Segundo a Idade

Caracterização dos Clientes das RS por idade



Fonte: ARFT



Quanto aos **Serviços Prestados nas RS Séniors**, destacam-se a higiene pessoal, alimentação, higiene habitacional e tratamento de roupas.

No caso da RS de ERPI acresce os serviços de cuidados de saúde primários, os quais são prestados aos utentes, diariamente, por duas enfermeiras e duas vezes por semana por um médico. No que se refere ao Centro de Dia e Apoio Domiciliário, estes são prestados pelo Centro de Saúde.

Todos os utentes têm acompanhamento social, realizado por uma assistente social que presta serviço a tempo inteiro na instituição.

Os serviços encontram-se direcionados para o utente consoante as suas necessidades e solicitações, e agrupam-se consoante as RS a que pertencem como se verifica no quadro n.º 1.

Quadro n.º 1
Distribuição dos Serviços pelas Diferentes RS SENIOR

Serviços Prestados	RS		
	ERPI	CD	SAD
Alimentação	X	X	X
Higiene Pessoal:			
Banho Semanal	X	X	X
Higiene Diária	X	X	X
Higiene Habitacional			X
Tratamento de Roupas	X	X	X
Animação/Socialização	X	X	X
Acompanhamento Social	X	X	X
Acompanhamento ao exterior (Transporte/Recados)	X	X	X
Fisioterapia	X	X	
Cuidados de Saúde Primários:			
Médico	X		
Enfermeira	X	X	X

Fonte: ARFT



Caracterização das RS destinadas à Infância

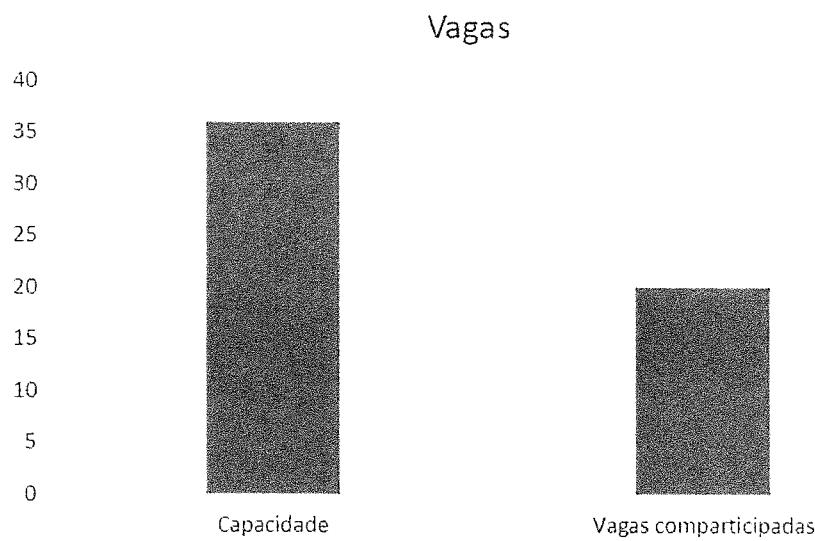
Caracterização das RS destinadas à Infância

A Instituição tem uma área de atuação, para dar resposta às necessidades das famílias, sendo esta: a Creche constituída pelo Berçário, sala de 1 e 2 anos.

A Creche

"É um equipamento de natureza socioeducativa, vocacionado para o apoio à família e à criança, destinado a acolher crianças até aos 3 anos de idade, durante o período correspondente ao impedimento dos pais ou de quem exerce as responsabilidades parentais." (artigo 3.º, da Portaria n.º 262/2011, de 31 de Agosto)

Gráfico n.º 3
Capacidade das Respostas Sociais da Infância



Fonte: ARFT

Da totalidade das vagas da infância (36), 20 dessas vagas são comparticipadas pela Segurança Social.

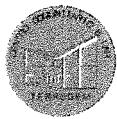
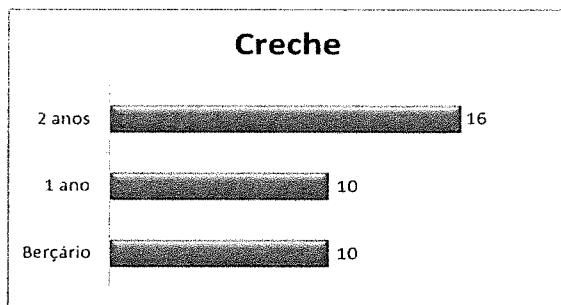


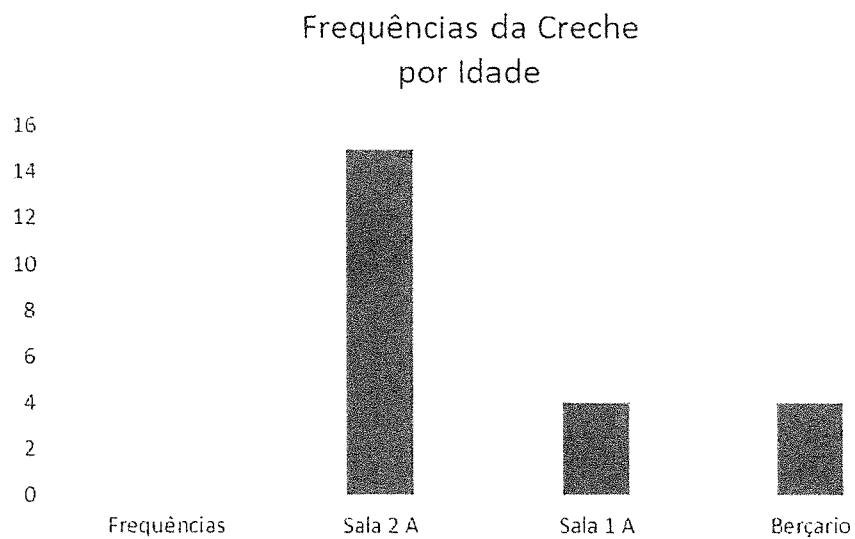
Gráfico n.º 4
Capacidade da RS Infantil segundo as salas



Fonte: ARFT

Dos 36 utentes da RS Creche, temos capacidade para 10 no berçário, 10 na sala de 1 ano e 16 na sala dos 2 anos. No entanto, estão a ser efetuadas diligências junto da Segurança Social, para o alargamento do número de vagas, na sala de 1 ano a capacidade aumentar para 14 e na sala dos dois anos para 18.

Gráfico n.º 5
Caraterização dos Clientes das Respostas Sociais Segundo a Idade



Fonte: ARFT

Na realidade atual, temos uma frequência efetiva, em Outubro/18, de 23 crianças em Creche, dos quais, 4 estão no berçário, 4 na Sala de 1 ano e 15 na Sala dos 2 anos.



Quanto aos **Serviços Prestados**, destacam-se a prática pedagógica, a alimentação e a higiene pessoal. A estes serviços acrescem a atividade de Música e Expressão Motora, que será lecionada pelas educadoras, para as crianças de 1 e 2 anos.

Quadro n.º 2
Distribuição dos Serviços pela RS CRECHE

Serviços Prestados	Creche
Alimentação	X
Higiene Pessoal	X
Atividades Pedagógicas	X
Atividades Curriculares	X

Fonte: ARFT

1.3. Caraterização dos Recursos Materiais

O CCLT é um edifício com 9 anos construído de raiz, o que permitiu prever a existência de acessibilidades adequadas à deslocação de pessoas, com dificuldades motoras, bem como a circulação de macas e cadeiras de rodas, conseguindo a certificação da autarquia nesta área.

Tem 24 quartos equipados com camas articuladas, algumas destas elétricas, grades de proteção e colchões anti-escaras. Ainda existem, mesmo que em quantidade bastante reduzida, alguns colchões anti-escaras de pressão alterna.

Existe uma grua de elevação, algumas cadeiras de rodas e cadeiras para banho.

Na infância, as salas estão equipadas com recursos materiais adequados às idades, recreios com equipamento infantil, e um parque infantil no exterior.

A Instituição ainda dispõe de uma frota adequada às necessidades das Respostas que desenvolve:

- 3 viaturas adaptadas ao transporte de cadeiras de rodas;
- 2 viaturas para o Serviço de Apoio Domiciliário;



- 1 viatura de 9 lugares, polivalente.

Todo o edifício tem aquecimento central, painéis solares e sistema de água quente.

Mais se acrescenta que vão surgindo algumas situações que carecem de reparação e manutenção, as quais se tentam resolver, de acordo com as possibilidades económicas.

1.4. Parcerias

No ano de 2019 vamos continuar a fazer um levantamento dos recursos disponíveis na comunidade, contribuindo para a atualização/integração de novos potenciais parceiros

Parceiros formais:

- Câmara Municipal de Sintra
- Centro Distrital de Segurança Social – Lisboa
- Instituto de Emprego e Formação Profissional
- Banco Alimentar
- Banco de Bens Doados

Parceiros informais:

- Serviço Local da Ação Social - Sintra
- ARS de Lisboa
- Centro de Saúde da Terrugem
- União das Instituições Particulares de Solidariedade Social
- Junta de Freguesia da União de Freguesias de S. João das Lampas e Terrugem
- IPSS's e Coletividades da freguesia e do concelho
- Escola EB 2,3 de Alto dos Moinhos
- Centro de Saúde de S. João das Lampas
- Centro de Saúde de Sintra
- Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em Risco
- Direção Regional de Educação de Lisboa



2. Análise Estratégica

2.1. Análise Swot

Neste ponto, apresentamos de um ponto de vista interno e externo o que consideramos serem os “pontos fortes” e as “oportunidades”, bem como os “pontos fracos” e “ameaças” da Instituição.

	FORÇAS	FRAQUEZAS
ANÁLISE INTERNA	<ul style="list-style-type: none">✓ As boas instalações com acessibilidade garantida;✓ Conhecimento do território e dos agentes locais;✓ As respostas sociais orientadas, para o cliente;✓ Continuidade e abrangências das respostas sociais existentes✓ Qualidade e experiência dos técnicos existentes;✓ Criação de Novas Respostas Sociais;✓ Valorização da formação.	<ul style="list-style-type: none">✓ Limitados recursos financeiros e excessiva dependência de financiamento estatal;✓ Número limitado de recursos humanos;✓ Aumento significativo da dependência dos clientes.
ANÁLISE EXTERNA	OPORTUNIDADES	AMEAÇAS

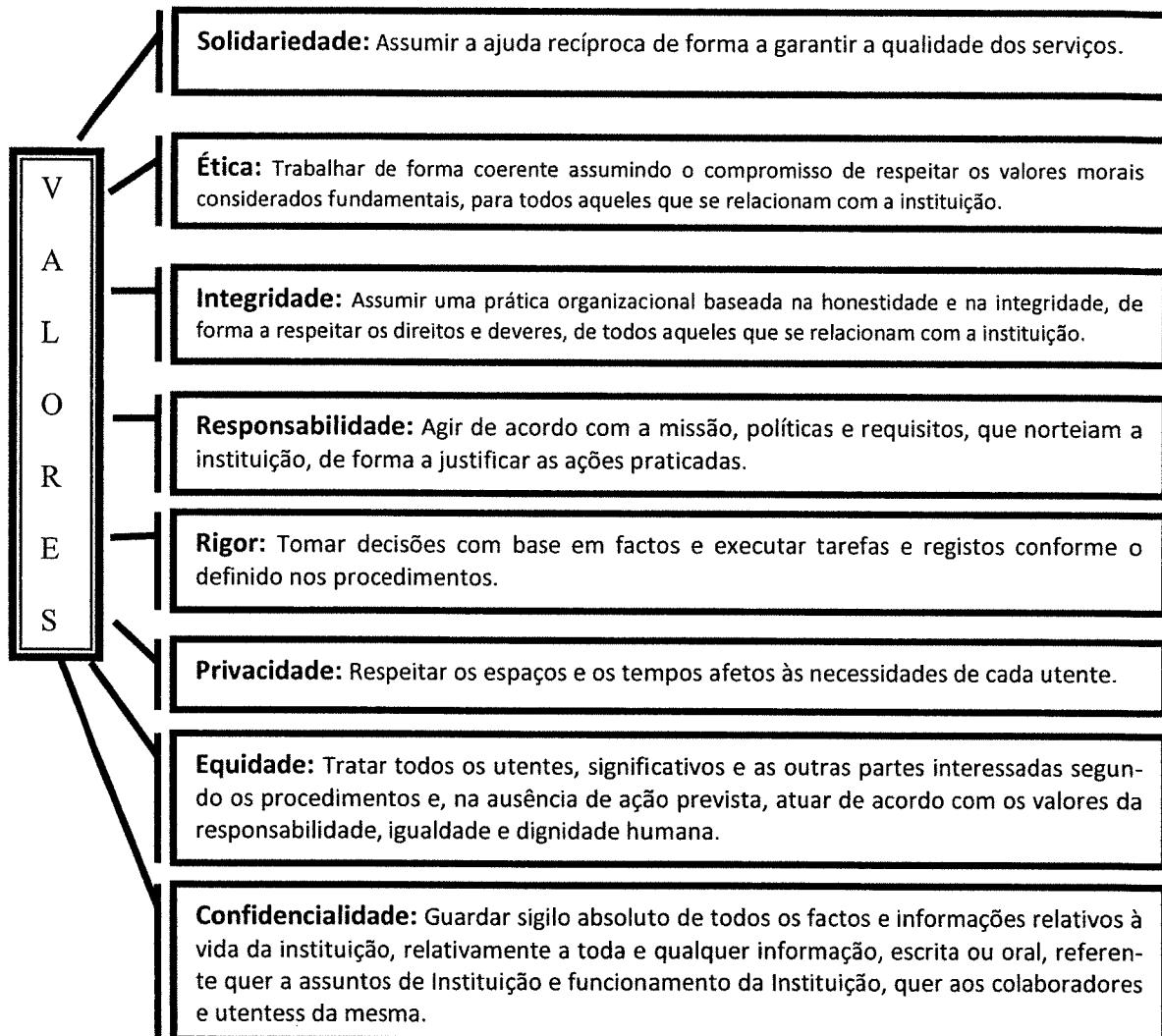


2.2. Formulação da Estratégia

a) Missão

A ARFT é uma Instituição social sem fins lucrativos, que presta apoio à população sénior e infantil promovendo de uma forma solidária a qualidade de vida e o desenvolvimento dos clientes integrados nas respostas sociais ERPI, CD, SAD e Creche.

b) Valores



c) Visão

Ser reconhecida como uma Instituição de referência, pela qualidade da resposta dada, às necessidades e expectativas dos utentes.



2.3. Políticas

Política da Qualidade

A ARFT aspira alcançar, a satisfação dos seus utentes e todas as partes interessadas, através da excelência dos serviços e da optimização dos recursos, orientando a sua atuação, através dum compromisso estabelecido com a área da Qualidade e da Sustentabilidade, as quais se complementam.

A Política da Qualidade da ARFT assenta no compromisso da prestação de um fornecimento de serviços eficiente, com responsabilidade pelo desenvolvimento social e local.

A ARFT procura ir mais além, numa atitude de permanente atenção às necessidades da população, com o envolvimento de todos os colaboradores e através de um efetivo trabalho em equipa, desenvolvendo processos e metodologias adequados à sua prática.



3. Recursos Humanos

3.1. Caraterização

No que diz respeito aos recursos humanos em exercício efetivo, esta instituição conta com o seguinte quadro de pessoal:

**Quadro n.º 3
Profissionais com Vínculo**

Designação	N
Auxiliares (Sénior + Infantil) a)	31
Cozinheiras	2
Chefe de Turno a)	3
Escriturárias	2
Diretora Técnica/ Serviço Social	1
Coordenadora Centro Dia e SAD	1
Contabilista/ Recursos Humanos	1
Coordenadora Creche/ Ed Infância	1
Animadora Cultural	1
Eletricista	1
Educadoras de Infância	1
Auxiliares Limpeza a)	6
Total	

Fonte: ARFT

- a) Baixas médicas e Seguro (2 Ajudantes de Ação Direta; 2 Auxiliar de Serviços Gerais; 2 auxiliares de Serviços Gerais Limpeza)

**Quadro n.º 4
Profissionais Sem Vínculo
(Prestação de Serviços)**

Designação	N
Empresa "Acorde Bem" (fisioterapia)	1
Medico(a) Clínica Geral	1
Enfermagem	2
TOTAL	4

Fonte: ARFT



3.2. Competências

Para o conjunto de funções existentes na ARFT existem seis grupos funcionais, designadamente, responsáveis das respostas sociais, quadros médios, técnicos especializados (Técnico de Contabilidade e Técnica Cultural), técnicos semi especializados (Cozinheiras e Eletricista), Responsáveis de Turno e Auxiliares/Ajudantes.

Para cada grupo funcional foi atribuído um conjunto de competências, sendo cinco delas transversais a todas, considerando-se como essenciais:

Adaptação, Flexibilidade, Orientação para o Cliente, Orientação para a Melhoria Contínua, Responsabilidade, Compromisso e Trabalho de Equipa.

3.3. Formação e Desenvolvimento dos Colaboradores

O Plano de Formação para o ano de 2019 tem como objetivo atender às necessidades e expectativas dos colaboradores, contribuindo para a melhoria da qualidade de serviços.

Este plano tem por base a aquisição de competências ao nível do Saber – Fazer, nas Respostas Sociais / Serviços, das quais se destacam:

No âmbito do desempenho / desenvolvimento dos Recursos Humanos e da área Administrativo-Financeiro, salientamos:

- Para os Serviços Administrativos e Financeiros, formação em MS Office, na óptica do utilizador



PLANO DE FORMAÇÃO
ÂMBITO - GERAL

ANO 2019

Ação de Formação	Nº Horas	Grupo Alvo	Objetivo da Formação	Formação		Previsão de Custos	Data Prevista	Aprovação		Observações
				Int	Ext			S	N	
FC e RH										
Office (Excel / Word) (IEFP)	25 /50	Responsável RH/ Escriturárias	Habilitar as administrativas com conhecimentos atualizados ao nível do Excel e do word		X	0 €	A planificar com o IEFP			
ESPOSTA SOCIAL SÉNIOR										
Práticas no Manuseamento e Sondas e Algélias	6h	Colaboradoras CE/SAD/ERPI	Dotar de conhecimento das diversas práticas e saberes no manuseamento de sondas e algélias		X		Gratuita	1º Trimestre		
Básicos de higiene e Mobilização	6h	Colaboradoras CE/SAD/ERPI	Dotar de conhecimento relativo aos cuidados básicos de higiene e mobilização		X		Gratuita	1º Semestre		
Aplicação do Método Montessori em Geriatria	8h	Técnica de Serviço Social	Adquirir conhecimentos do Método Montessori em geriatria		X	70€	1º Semestre			
ESPOSTA SOCIAL JUNIOR										
meiros Socorros Pediátricos (IEFP)	25 /50h	Aux Educ / Educadoras	Saber atuar em caso de emergência médica		X	0 €	A combinar com o IEFP			
municação Interpessoal e Asser-/idade	25h	Aux. Educ / Educadoras	Aprender técnicas de comunicação e assertividade		X	0€	A combinar com o IEFP			



CENTRO COMUNITÁRIO E LAR DA TERRUGEM
Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem (IPSS) – Sintra

Ação de Formação	Nº Horas	Grupo Alvo	Objetivo da Formação	Formação		Previsão de Custos	Data Pre-vista	Aprovado S/N	Rúbrica	Data	Observações
				Int	Ext						
OZINHA											
Igiene e Segurança alimentar (EFPI)	25h	Cozinha	Habilitar os participantes a desenvolver, implementar e verificar sistemas de segurança alimentar		X	0 €	A combinar com o IEFP				
ISTEMA DA QUALIDADE											
Manual de Qualidade											
Visão	1h	Aux	Dotar os participantes dos conhecimentos necessários, para adotar uma prática mais adequada aos princípios da ARFT	X		0 €	1º Semestre				
Missão											
Valores											
Política de Qualidade											
) Higienização e Manutenção											
'S) Gestão de Infraestruturas e Manutenção	1h	RRS CD / auxiliares e eletricista	Dotar os participantes dos conhecimentos necessários para colocar em prática o procedimento	X		0 €	1º Semestre				
Apliabilidade dos Processos											
have e Procedimentos											
GERAL.RS.09 V01. Plano Operacional para Situações de Emergência	30m	Auxiliares e Escriturários ARFT	Dotar os participantes das Boas Práticas necessárias para uma intervenção adequada	X		0	1º Semestre				
ERAL											
Informação inicial	24h	Novos colaboradores	Dotar os participantes das boas práticas utilizadas no normal e bom funcionamento da instituição	X		0	Primeiros 3 a 4 dias de trabalho				



Ação de Formação	Nº Horas	Grupo Alvo	Objetivo da Formação	Formação		Previsão de Custos	Data Pre-vista	Aprovação		Observações
				Int	Ext			S	N	
IST	50h	Colaboradores	Dotar os participantes dos conhecimentos fundamentais de Higiene e Segurança do Trabalho		X		0	1º Semestre		

* As horas, valores e datas aqui referidos basearam-se em informação de cursos e workshops encontrados na internet, mas que podem variar de acordo com a altura em que forem ministrados ou mais tarde a vir a sofrer alterações (previsão). Podem igualmente depender da viabilidade económica e disponibilidade face às datas apresentadas.



Monitorização do Plano de Formação

Período analisado: 01/01/2019 - 31/12/2019

Resposta Social/ Serviços: Dados Globais

Formação	Objetivo Específico	Indicador(satisfação/eação; eficácia)	Métrica (forma de cálculo)	Meta	Periodicidade
ÁREA FINANCEIRO E COMPRAS E RECURSOS HUMANOS					
MS Office (Excel / Word) (IEFP)	Aprender a editar documentos de texto de alta qualidade	Realizar as tarefas que lhe são destinadas no MS Office	n/a	100%	Quadrimestral
	Aprender a trabalhar com as aplicações de excel				
RESPOSTA SOCIAL SÉNIOR					
Boas Práticas no Manuseamento de Sondas e Algálias	Adquirir conhecimentos sobre as melhores práticas de manuseamento de sondas e algálias	Taxa de Desempenho/Desenvolvimento dos colaboradores	% de Avaliação positiva dos colaboradores	80%	Quadrimestral
Cuidados Básicos de higiene e mobilização	Adquirir conhecimentos sobre as melhores práticas de higiene e mobilização dos utentes	Taxa de Desempenho/Desenvolvimento dos colaboradores	% de Avaliação positiva dos colaboradores	80%	Quadrimestral
Aplicação do Método Montessori em Geriatria	Adquirir conhecimentos sobre o Método Montessori aos utente de ERPI e CD	Taxa de Desempenho/Desenvolvimento dos colaboradores	% de Avaliação positiva dos colaboradores	80%	Quadrimestral



Formação	Objectivo Específico	Indicador (satisfação/eficácia)	Métrica (forma de cálculo)	Meta	Quadrimestral
COZINHA					
Higiene e Segurança Alimentar	Habilitar os participantes a desenvolver, implementar e verificar sistemas de segurança alimentar	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral
SISTEMA DA QUALIDADE					
Manual de Qualidade	Aprender a visão, a missão, os valores, a política de qualidade, a estrutura documental e a abordagem dos processos do Manual de Qualidade da Instituição	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral
- Visão					
- Missão	Saber como aplicá-los na rotina diária da instituição				
- Valores					
- Política de Qualidade	Saber como aplicar dentro das funções de cada profissional	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral
(P) Higienização e Manutenção	Colocar em prática o Sistema de Gestão de Qualidade através da aplicabilidade de processos e procedimentos				
(PS) Gestão de Infraestruturas e Manutenção	Colocar em prática o Sistema de Gestão de Qualidade através da aplicabilidade de processos e procedimentos	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral



Formação	Objectivo Específico	Indicador (satisfação/reação; eficiácia)	Métrica (forma de cálculo)	Meta	Quadrimestral
Aplicabilidade do Processo Chave e Procedimentos	Estar sensível à prática de maus tratos na infância e nos idosos				
P.GERAL.RS.08.Prevenção e Gestão de Situações de Abusos e Maus Tratos	Refletir sobre o enquadramento legal de proteção de crianças em perigo	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral
RESPOSTA SOCIAL JUNIOR					
Primeros Socorros Pediátricos (IEFP)	Adquirir competências básicas de primeiros socorros na vertente pediátrica Conhecer e ser capaz de executar técnicas simples de socorristismo que visem a estabilização ou melhoria da criança vítima de acidente ou doença subita, até à chegada dos meios de socorro;	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral
Comunicação Interpessoal e Assertividade	Reconhecer os riscos para si e para os outros, inerentes às situações de socorro; Adquirir competências ao nível da comunicação interpessoal e da assertividade	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral



Formação	Objectivo Específico	Indicador (satisfação/eficácia)	Métrica (forma de cálculo)	Meta	Quadrimestral
GERAL					
Formação Inicial de Colaborador	Aprender as rotinas e práticas utilizadas na instituição, de acordo com a Resposta Social onde é integrado	Taxa de Desempenho/Desenvolvimento dos colaboradores	% de Avaliação positiva dos colaboradores	70%	Quadrimestral
	Perceber a importância da aplicação da legislação de Higiene e Segurança do Trabalho				
	Implementar a Higiene e Segurança no Trabalho como factor de melhoria da qualidade de vida e de trabalho.	Melhorar o Desempenho/Desenvolvimento dos Colaboradores	% de Avaliação Positiva dos Colaboradores	70%	Quadrimestral
	Desenvolver comportamentos seguros no domínio da Segurança e Higiene do Trabalho				
	Higiene e Segurança no Trabalho (IEFP)				
	Praticar a cultura de prevenção e segurança em termos de organização e implementação de planos de emergência				



4. Unidade de Cuidados Continuados

Com o objectivo de criar meios de sustentabilidade financeira e em simultâneo dar resposta às necessidades da comunidade, a ARFT pretende construir uma Unidade de Cuidados Continuados, na tipologia de longa duração e manutenção, dirigida a pessoas em situação de dependência, potenciando os recursos locais, criando serviços comunitários de proximidade e ajustando as respostas adequadas à diversidade, que caracteriza o envelhecimento individual e as alterações de funcionalidade.

A Unidade trará benefícios para a região e comunidade envolvente, promovendo a qualidade de vida e as relações interpessoais das famílias.

Com a sua construção, pretende-se rentabilizar o espaço já existente, bem como os recursos materiais e humanos da instituição. Minimizar os custos, através do aproveitamento dos espaços destinados aos serviços comuns, já existentes, como cozinha, lavandaria, entre outros.

A sua ampliação será composta pelos espaços específicos da resposta, os quais incluem 30 camas, 15 para cada tipologia (média e longa duração), com os meios técnicos e os recursos necessários para este fim.

Neste momento o projeto já está aprovado pela Administração de Saúde de Lisboa, pelo Serviço Nacional de Bombeiros, seguindo-se a aprovação pela parte da Autarquia, de forma a adquirir os fundos necessários, para este fim.

5. Revisão do Sistema de Qualidade

No decorrer dos últimos tempos surgiram normas que vão alterar consideravelmente todo o sistema de qualidade e consequentemente vão exigir uma alteração de fundo, em tudo o que está a ser realizado para este fim.

Surgiu a **NP ISO 9001:2015**, que pressupõe uma transição do sistema de gestão de qualidade, o qual vai ter impacto no sistema existente, bem como pressupõe a criação de novos procedimentos.



Acrescido a este facto, a norma **NP 4543:201**, do Sistema de Gestão de Respostas Sociais foi sujeita a alterações específicas, dos seus requisitos, nas suas várias respostas sociais, exigindo também alterações significativas.

6. Sócios

A ARFT desenvolve um conjunto de atividades, que pretendem dar resposta a algumas necessidades e expectativas dos sócios que a constituem.

Neste sentido serão desenvolvidas algumas **Atividades de Animação Sociocultural, Entretenimento, Fisioterapia e Aulas de Movimento, Transporte e Passeios**.

6.1. Actividades

Grupo Coral os Passarinhos

O Grupo Coral “Os Passarinhos” é uma actividade da Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem – Sintra, IPSS, fundada a 24/06/1992.

A sua primeira atuação pública foi a 9 de Março de 2003, num almoço de angariação de Fundos para a Constituição do Centro Comunitário e Lar da Terrugem, atualmente em funcionamento e sede da Instituição.

Os “Passarinhos” são para a Direcção da Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem, motivo de orgulho.

Atelier's

A instituição tem um Atelier de Trabalhos Manuais. O seu trabalho e empenho é fundamental para a manutenção das roupas da instituição e utentes (toalhas, lençóis, faixas de apoio aos acamados, etc.)

Venda de Natal

Todos os anos, de meados de Novembro até ao final de Dezembro, a ARFT, com o contributo dos seus sócios procede à montagem de uma banca de Natal, na Junta de Freguesia da Terrugem, com o intuito de angariar fundos para a Instituição. Esta venda tem muita receptividade, por parte da população.



Passeio

Visita à “Casa Ermelinda Freitas”, visita às vinhas e instalações (Águas de Moura), inclui prova de cinco vinhos, acompanhada de produtos típicos da região, com a duração aproximada de 1h15m, prevista realizar-se em Maio de 2019.

6.2. Serviços

Fisioterapia e Aulas de Movimento

A Fisioterapia é o tratamento de pacientes por diferentes métodos e técnicas, com o objetivo de restaurar, desenvolver e conservar ao máximo a capacidade funcional do paciente.

As Aulas de Movimento pressupõem uma atividade física que promove o aumento da força muscular, da flexibilidade e logo da mobilidade.

Transporte de Sócios

Este serviço destina-se a todos os sócios da instituição em deslocações (não urgentes) do seu domicílio para o local pretendido.

Considera-se **transporte não urgente**, o transporte de doentes associados à realização de uma prestação de saúde e cuja origem ou destino sejam os estabelecimentos e serviços que integram o SNS ou as entidades de natureza privada ou social com acordo, contrato ou convenção para a prestação de cuidados de saúde, nas seguintes condições:

- Consultas, internamento ou cirurgia de ambulatório;
- Tratamentos ou exames complementares de diagnóstico e terapêutica;
- Transporte do doente após a alta de internamento, com prévia prescrição médica;
- Transporte do doente após a alta de urgência, com prévia prescrição médica.

A este serviço pode estar associado o serviço de acompanhamento, que é realizado por uma colaboradora do CCLT, para auxílio na deslocação e na atividade inerente ao serviço.



CENTRO COMUNITÁRIO E LAR DA TERRUGEM
Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem (IPSS) – Sintra

Aprovado em Reunião de Direção

Em 7 de Outubro de 2018

A Direção

*João Pedro Soeiro Barreiro
- Paula Tomé
- José Luís Domingos
- Mafalda
- Maria do C. José
- Ana Margarida Oliveira
- João de Brito Pires
- Manoel Francisco da Silva Gonalves*

Aprovado em Assembleia Geral Ordinária

Em 10 de Outubro de 2018

A Mesa da Assembleia Geral

*José Manuel Patrício da Souto
- R.*

Fernando Lourenço



ANEXOS

Plano Anual de Atividades de Animação Sociocultural

Ano 2019



Índice

1.	Enquadramento	3
2.	Caracterização dos Utentes	3
3.	Resumo de diagnóstico.....	4
4.	Lista do Tipo de Atividades a desenvolver.....	5
5.	Local de realização das atividades	6
6.	Calendarização das atividades	6
7.	Avaliação das atividades	6



1. Enquadramento

O Plano de Atividades de Animação Sociocultural , concebe a Animação como parte integrante do quotidiano da Instituição e dos utentes residentes (ERPI) e não residentes utentes de Centro de Dia. Pretendemos desta forma, contribuir para a melhoria da qualidade de Vida dos utentes, promovendo um ambiente que permita que os idosos vivam os seus últimos anos de forma ativa e satisfatória.

Concluímos que a Animação sociocultural é uma modalidade de intervenção em todos os campos da vida dos idosos, sendo um estímulo permanente para as capacidades mental, física e afetiva. Atua como facilitadora do acesso a uma vida mais ativa e criativa, melhora as relações de comunicação com os outros, gerando uma melhor preparação para a vida em comunidade e desenvolve a autonomia pessoal. Procura-se, assim, que dentro das suas limitações, os idosos mantenham um estilo de vida saudável, o mais autónomo possível e fundamentalmente ativo.

Acreditamos que possuir um projeto de vida é muito importante, senão fundamental, para todo o ser humano independentemente da sua idade: a “ **arte de viver implica uma opção pessoal vital, expressa num projeto de vida**” (Ander-Egg,2009, p.248), pelo que “ **as pessoas envelhecem quando já não têm projetos de vida, qualquer que seja a sua idade**”(ibidem)

As atividades Intergeracionais são outra forma de intervir. Permitindo desenvolver relações interpessoais, uma vez que existe o contacto com novas vivências, diferentes modos de pensar, agir e sentir.

As atividades intergeracionais estão integradas neste plano com as crianças da Creche do CCLT e crianças da EB1 da Terrugem. Os seniores vão ter oportunidade de participar num workshop de Teatro Clow, Arte Urbana ou Artes Circenses, propostas pela COOLcoop.

Assim, a proximidade das diferentes gerações, não deve ser apenas considerada pelo factor cronológico, mas também pelos valores, estilos de vida, memórias, capacidade de aprender e partilhar saberes e experiências, permitindo desenvolver relações interpessoais, uma vez que existe o contacto com novas vivências, diferentes modos de pensar, agir e sentir. A intergeracionalidade, através das atividades, desenvolve e fortalece relações, como o respeito e a compreensão entre gerações.

2. Caracterização dos Clientes

A média de idades dos utentes das respostas sociais da Instituição, tanto dos residentes (ERPI) como de Centro de Dia é de 84 anos. Os Utentes de Serviço de Apoio Domiciliário apresentam uma média de idades de 75 anos.

Relativamente ao grau de autonomia dos clientes, foi utilizado como orientação a escala de



Barthel em ERPI e Centro de Dia e a escala de Lawton e Brody em Serviço de Apoio Domiciliário. A RS de SAD é aquela onde a dependência consegue ser mais diminuta, no entanto a maioria dos mesmos localiza-se nos dependentes. Estes precisam de apoio para realizar a maioria das suas ABVQ.

Na RS de Centro de Dia, a realidade com que nos deparamos, é de pessoas cada vez mais dependentes, precisando da ajuda de terceiros, para realizar todas as atividades diárias.

Na RS de ERPI é onde se encontra o maior número de dependentes.

As habilitações literárias dos clientes em todas as respostas sociais situam-se na sua maioria entre a 4^a classe (antiga) e os iletrados. Existe um número menos relevante de utentes com ensino secundário e com cursos superiores.

Relativamente aos grupos profissionais, estes são muito diversificados. Na população local existe uma prevalência, no caso da população masculina no setor secundário e no caso da população feminina no setor primário e doméstico.

3. Resumo de diagnóstico

O nosso público-alvo é na maioria pessoas idosas, surgindo também actualmente uma entrada de pessoas mais novas, com necessidade dos nossos serviços, devido à diminuição de autonomia proveniente do aumento de demências e incapacidades físicas e sensoriais.

Os utentes são bastante heterogéneos nos gostos e expetativas, nas capacidades, nos saberes e na receptividade às atividades propostas.

As expetativas dos idosos institucionalizados/ residentes são bastante diferentes dos idosos que ainda vivem na sua própria casa, porque estes ainda mantêm hábitos quotidianos, inseridos na sociedade onde vivem, que os institucionalizados/ residentes não têm.

O facto de não existir uma homogeneidade nas idades, nos interesses e percursos de vida dos utentes, algumas vezes dificulta a sua união e a sua receptividade a uma inclusão no grupo. Neste sentido, temos como objectivo definir estratégias, que vão ter em conta a Avaliação Diagnóstica e o Plano Individual de cada utente, no sentido de promover a integração e motivar a participação de todos ou da maioria nas atividades. Procura-se com este plano, responder às necessidades e expetativas de forma individualizada, através do planeamento de actividades focalizadas em cada um dos utentes, tanto nos seus interesses pessoais como nas motivações.

Tendo por base a avaliação diagnóstica, segue-se a elaboração do Plano Anual e Semanal de atividades de Animação Socioculturais adequado a cada grupo. Estabelecendo alguns objetivos gerais e específicos de diversas atividades, que contribuem para a melhoria do bem-estar e qualidade de vida dos seniores.



4. Lista do tipo de Atividades a desenvolver

Tipo de Atividades	Objetivo (s) geral (is)	Atividades envolvidas (exemplos)
Lúdico-recreativas	Promover momentos de lazer, ocupar o tempo, promover o convívio. Manter e melhorar as capacidades intelectuais e sensoriais.	Trabalhos manuais, tricô, trapilho, tear Cantar, Pintar, desenhar, jogos de mesa; cartas, dominó, damas, etc....
Culturais	Proporcionar momentos de conhecimento e enriquecimento cultural de novas e antigas formas de arte.	Eventos musicais, teatro, dança e Cinema, museus.
Sociais	Promover o convívio. Melhorar a atividade de desenvolvimento pessoal e social.	Passeios (caminhadas), Piqueniques, praia, parques naturais. Festas de aniversários e dos santos populares, Marchas Populares na instituição.
Intelectuais/ formativas	Promover novas aprendizagens. Estimular o desenvolvimento cognitivo. Manter as capacidades intelectuais e sensoriais do idoso. Estimular a atenção / concentração, linguagem e comunicação.	Conferências, ações de sensibilização e leitura.
Espirituais e/ou religiosas	Desenvolver a espiritualidade e aspectos religiosos.	Missa e comunhão (cerimónias religiosas). Visitas com fins religiosos a locais sagrados ou procissões e romarias.
Quotidianas	Manter o bem-estar/ autoestima/ autonomia nas AVDQ.	Cuidados de imagem; pintar as unhas, maquilhagem e penteados. Realizar algumas tarefas do dia-a-dia da Instituição
Desportivas	Manter a atividade de coordenação oculo-manual. Melhorar e manter a mobilidade	Aulas de Movimento, jogos e caminhadas. Exercícios de motricidade
Intergeracionais	Promover o convívio entre diferentes gerações.	Dias festivos, teatro, Piqueniques e atividades de expressão plástica.



5. Local de realização das atividades

As atividades diárias na maioria das vezes serão realizadas na instituição da ARFT: nas salas de convívio/atividades, ginásio, refeitório e espaços no exterior mas dentro do recinto da instituição. As actividades no exterior passam pelo envolvimento com a comunidade, Escola EB1 da Terrugem e visitas culturais na Terrugem, Sintra, Praia das Maçãs e Lisboa. Podendo ocorrer ao longo do ano actividades a definir noutras locais.

6. Calendarização das atividades

As atividades são planeadas mensalmente e semanalmente, sendo afixados os respetivos planos em local de fácil acesso aos utentes e outros elementos, nomeadamente colaboradores e familiares/ significativos. O Plano é Anual e contempla todas as atividades festivas anuais, que se pretendem realizar de Janeiro a Dezembro de 2019. Complementando-se com o plano de atividades semanal. Em relação ao Plano de atividades Intergeracional realiza-se de Setembro de 2018 a Julho 2019.

7. Avaliação das atividades

As atividades serão avaliadas pelo nº de participantes, entusiasmo pela atividade e dificuldade para a execução da mesma. Estes registo s são realizados através de uma observação das atividades de grupo e registados no IMP.SENIOR.032. As avaliações específicas por tipo de atividade e o grau de satisfação são registadas individualmente por cada cliente no IMP.SENIOR.010. Estes por sua vez são avaliados trimestralmente durante o ano para podermos obter uma avaliação global do Plano de atividades por atividade realizada.



Piano Anual de Animação Sénior 2019

Tema	Objetivos Gerais	Atividades	Local	Cronograma
Placards de orientação	Fornecer elementos para melhor orientação Temporal e espacial	Renovar os Placards; Calendário anual/semanal Estação do ano e tempo Aniversários	Nas Instalações da ARFT	Janeiro
Dia de Reis	Fomentar tradições festivas; Proporcionar o convívio.	Cantar as janeiras; Relembrar tradições e ditados populares; Distribuir bolo rei pelos utentes.	Nas Instalações da ARFT	7 de Janeiro
Dia de S. Valentim	Estimular a atividade cognitiva, verbal e escrita; Melhorar a motricidade fina; Proporcionar momentos de partilha de pensamentos populares e de afetos.	Criação de corações com lã; Criar poemas, versos ou quadras alusivas ao Amor.	Nas Instalações da ARFT	14 de Fevereiro
Carnaval	Proporcionar momentos de folia e alegria; Estimular o convívio	Realizar um concurso de máscaras Proporcionar sessão fotográfica	Nas Instalações da ARFT	4 de Março
Dia da Mulher	Promover momentos de convívio e motivação; Proporcionar um dia diferente da rotina diáaria; Valorizar a mulher; Melhorar a autoestima.	Maquilhem e penteados Realizar uma Sessão Fotográfica com acessórios. Oferta de uma flor a cada utente (Mulher); Criar uma Moldura para tirar fotos.	Nas Instalações da ARFT	8 de Março



Plano Anual de Animação Séniior 2019				
Tema	Objetivos Gerais	Atividades	Local	Cronograma
Cinema	Promover um dia diferente da rotina diária; Estimular a cultura audiovisual	Participar de uma sessão de cinema	Cinema Forum Sintra	A designar
Primavera	Proporcionar o convívio; Estimular a criatividade; Melhorar as capacidades Intelectuais e sensoriais do Idoso; Valorizar a autoestima.	Decoração de chapéus alusivos à primavera; Desfile de chapéus.	Nas instalações da ARFT	Março
Páscoa	Fomentar tradições festivas; Estimular a expressividade e criatividade;	Oferta de lembrança da Páscoa; Elaboração de um cabás da Páscoa para sortear.	Nas Instalações da ARFT	Abri
Dia da Liberdade 25 de Abril	Promover o convívio; Proporcionar a partilha de recordações e emoções.	Ouvir e cantar músicas de "Abril"; Conversas sobre o tema.	Nas Instalações da ARFT	Abri
Dia da Espiga	Fomentar o contacto com a natureza; Promover o convívio, Valorizar costumes e tradições.	Caminhada para apanhar o raminho da espiga; Realizar raminhos para distribuir pelos restantes idosos.	No exterior das instalações da ARFT	12 de Abril
Dia Internacional da Família	Valorizar os laços familiares; Estimular os afetos entre familiares; Promover encontro com familiares; Melhorar a atividade de desenvolvimento pessoal e social.	Realizar jogos tradicionais e de mesa com os familiares; Realizar foto de família; Criar o Placar de fotos das Família; Lanche convívio.	Nas Instalações da ARFT	15 de Maio



Plano Anual de Animação Sénior 2019					
Tema	Objetivos Gerais	Atividades	Local	Cronograma	
Dia Internacional dos Museus	Promover o contacto com o património local. Proporcionar um dia diferente da rotina diária;	Visita a um museu a Designar	A Designar	18 de Maio	
"Dia dos Oceânos"	Proporcionar uma tarde diferente da rotina diária; Estimular a curiosidade; Promover novos conhecimentos.	Realizar visita ao museu do Mar	Cascais	8 de Junho	
Santos Populares	Proporcionar ambiente de festa; Valorizar tradições dos "Santos Populares".	Realizar um Arraial/ sardinhada; Realizar uma Marcha Popular formada por colaboradoras.	Nas Instalações da ARFT	28 de Junho	
Passeio à Praia de Magoito	Proporcionar o convívio; Estimular o contacto com a natureza.	Passeio á Praia/passeio.	Magoito	Julho	
Época Balnear	Proporcionar momentos de lazer na natureza/Praia; Desenvolver capacidades psicomotoras.	Realizar Passeios e banhos de mar.	Praia das Macãs	Julho/Agosto	
Festa da Instituição CCLT	Promover o convívio; Partilha de emoções e afetos.	A definir Lanche convívio	Nas Instalações da ARFT	12 Setembro	
Dia do Idoso	Proporcionar momentos de convívio e Lazer; Valorizar a pessoa Idosa.	Realizar um Piquenique / churrasco	No exterior das Instalações da ARFT	1 de Outubro	
Dia da Alimentação	Valorizar a alimentação equilibrada; Transmitir os benefícios do consumo da	Ação de sensibilização sobre alimentação equilibrada e a	Nas Instalações da ARFT	16 de Outubro	



Plano Anual de Animação Séniior 2019				
Tema	Objetivos Gerais	Atividades	Local	Cronograma
	água;	importância da água “Aromatização da água”		
Dia de S. Martinho	Proporcionar o convívio; Manter tradições.	Realizar o Magusto Castanhas Assadas e cozidas	Nas Instalações da ARFT	10 de Novembro
Preparação das decorações de Natal	Envolver os utentes nas AVD's; Fomentar o espírito Natalício.	Decoração dos espaços, salas e corredores; Decoração das árvores de natal.	Nas Instalações da ARFT	Dezembro
Festa de Natal	Proporcionar o convívio; Partilha de emoções e sentimentos.	Programa a definir Lanche convívio.	Nas Instalações da ARFT	Dezembro
Missas/Comunhão	Desenvolver aspetos religiosos.	Participação das missas orar e comungar.	Capela Nas Instalações da ARFT	Todo o ano Às primeiras quintas-feiras do mês.
Aniversários	Festejar o dia de aniversário; Valorizar o dia de aniversário de cada um.	Cantar os parabéns a todos os aniversariantes do mês com um bolo.	Nas Instalações da ARFT	Todos os meses Na última Sexta-feira do mês
Eventos Culturais “Dias da Idade”	Estimular o envelhecimento ativo. Proporcionar o convívio.	Assistir a Espetáculos Musicais, dança e teatro.	Centro Cultural Olga Cadaval	Ao longo do Ano

Ao longo do ano poderão ocorrer algumas alterações no plano de atividades.



Plano de Atividades Intergeneracionais

Tema	Objetivos Gerais/Específicos	Atividades	Local	Cronograma 2018/2019											
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Sep	Out	Nov	Dez
Pão-por-Deus	Proporcionar o convívio entre gerações; Promover a partilha; Recordar e valorizar tradições e saberes.	Realizar um passeio nas proximidades da Associação para pedir o "Pão-por-Deus" de porta em porta.	Exterior das Instalações da ARFT												
Atelier de Pintura "Mil e uma cor"	Interação entre gerações diferentes; Desenvolver e manter a motricidade; Dar a conhecer a arte da pintura de diferentes artistas; Estimular a criatividade através das cores e diferentes técnicas.	Realizar Projeto de Arte no contexto de sala, de diversos Pintores conhecidos; Expor trabalhos realizados no ateliê.	Sala dos Traquinas (2 anos) Instalações da ARFT												
Atelier de "Arte e Cose" "Manta dos afetos"	Partilha de saberes; Proporcionar o convívio entre gerações diferentes; Valorizar os afetos; Explorar vários materiais.	Elaboração de um retalho para a manta dos afetos;	Todas as salas de creche Instalações da ARFT												
Atelier das Histórias "Era uma vez... A Encantadora de Histórias"	Proporcionar a imaginação através da fantasia das histórias e tradição natalícia; Valorizar a interação entre gerações; Promover o gosto pela leitura; Estimular as capacidades sensoriais.	Idosos vão contar histórias à creche, usando acessórios apelativos e técnicas de expressão.	Sala dos Traquinas (2 anos) Instalações da ARFT												



Tema	Objetivos Gerais/Específicos	Atividades	Local	Cronograma 2018/2019											
				Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Atelier de psicomotricidade "Art&Movimento"	Proporcionar momentos relaxantes e de convívio entre gerações; Desenvolver e estimular capacidades motrizes dos intervenientes; Promover momentos de emoções e sentimentos.	Realizar uma aula de motricidade, com parquedas, bolas e balões.	Ginásio Instalações da ARFT												
Festa de Natal	Proporcionar momentos de partilha e interação entre as diferentes gerações; Valorizar os laços familiares através de momentos de partilha e de convívio; Apelar ao espírito Natalício.	Programa a definir:	Salão de convívio Senior Instalações da ARFT												
Desfile de Carnaval	Fomentar o espírito Carnavalesco, de alegria e folia entre diferentes gerações.	Desfile das crianças pelo salão Sénior; Concurso de máscaras.	Instalações da ARFT Ou exterior												
Dia Mundial da Árvore e da Floresta	Proporcionar momentos de convívio entre gerações; Valorizar saberes; Estimular o interesse pela natureza.	Realizar a germinação e plantação de sementes/feijão e grão.	No Jardim da Associação ARFT	1											
Festa de final de ano lectivo / Festa de Aniversário da ARFT	Proporcionar momentos de partilha e interação entre as diferentes gerações; Valorizar os laços familiares através de momentos de partilha e de convívio. Festejar os 25 anos da ARFT	Lanche convívio; Programa a Definir.	Salão de convívio Sénior Instalações da ARFT												



Plano de Atividades Intergeneracionais													
Tema	Objetivos Gerais/Específicos	Atividades	Local	Cronograma 2018/2019									
				<i>Jan</i>	<i>Fev</i>	<i>Mar</i>	<i>Abr</i>	<i>Mai</i>	<i>Jun</i>	<i>Jul</i>	<i>Ago</i>	<i>Set</i>	
Dia mundial dos Avós	Valorizar os laços intergeracionais através de momentos de partilha e de convívio;	Piquenique /almoço intergeracional	No Exterior da Associação ARFT										26



ATIVIDADE DE FORMAÇÃO E INFORMAÇÃO PARA OS CLIENTES E REPRESENTANTES

Tema	“Parkinson”
Área	(Saúde) Atividade do tipo intelectual/ formativa
Local	ARFT Centro Comunitário e Lar da Terrugem
Responsável	Assistente Social e Animadora Sociocultural
Data da Realização	11 de Abril de 2019 (Dia Mundial da Doença de Parkinson)
Duração	1h30m (horário a definir)
Participantes	Utentes de ERPI, CD e SAD e seus representantes/significativos e sócios interessados.
Objetivo	Transmitir conhecimentos que contribuam para o bem-estar e melhoria das condições de saúde dos utentes.
Forma de Avaliar	15 - Nº de participantes - Registo de Observação da atividade em grupo - N.º de Participantes



CENTRO COMUNITÁRIO E LAR DA TERRUGEM

Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem (IPSS) – Sintra

Plano de Atividades Infantil

Ano Lectivo 2018/ 2019



CENTRO COMUNITÁRIO E LAR DA TERRUGEM

Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem (IPSS) – Sintra

Índice

Introdução	2
I - Plano de Atividades de Creche	3
1. Objetivos Gerais	3
2. PLANO DE ACTIVIDADES - 2018/2019	4



Introdução

O Plano Anual de Atividades constitui, em conjunto com o Projeto Educativo e o Regulamento Interno, um dos principais instrumentos de trabalho. Este documento tem uma vigência anual e define, em função do projeto educativo, os objetivos, as formas de organização e de programação das atividades e que procede à identificação dos recursos envolvidos. Assim, de acordo com o nosso Projeto Educativo, e tendo em conta que esta instituição tem várias respostas sociais, que incluem crianças e idosos, surge o tema “Viagem no Tempo”. Este ano vamos terminar a nossa viagem no tempo com a preparação do futuro do nosso país, do nosso mundo! “As crianças são a recordação de que o futuro conta e que eles têm ainda uma palavra a dizer sobre como será o futuro”.

As crianças são efetivamente o sorriso do mundo, tendo as mesmas a particularidade de ecoar o que de melhor existe em nós. Olhá-las e senti-las como seres fantásticos que são e futuros homens de amanhã que serão, faz-nos aperceber da responsabilidade que cada um de nós tem perante as mesmas. Elas são uma pequena obra de arte, cujos traços, linhas e personalidade refletem muito da atitude, delicadeza, saber e sentir dos seus pais sendo que cada um deles tem um timbre particular de definir a sua obra!¹ As bases estão lançadas, agora é viver na comunidade, com os valores transmitidos ao longo desta aventura. Que futuro queremos? Assim sendo, o subtema escolhido para o ano letivo 2018/2019 foi **“O futuro somos nós”**.

¹ ORDEM DOS ENFERMEIROS - Guia orientador da boa prática - Promover o desenvolvimento infantil dos 0 aos 5 anos; Lisboa, Setembro 2010



I - Plano de Atividades de Creche

1. Objetivos Gerais

- Proporcionar o bem-estar e desenvolvimento integral das crianças num clima de segurança afetiva, durante o afastamento parcial do seu meio familiar.
- Promover o contacto com o meio que rodeia a criança e que esta se sinta conhecadora, integrante e participante nesse mesmo meio, desenvolvendo assim, a socialização.
- É ainda nosso objetivo estimular a participação das crianças no seu quotidiano, oferecendo-lhes diversas esferas de participação, quer nas rotinas, quer nas atividades da sala, entre outras.



CENTRO COMUNITÁRIO E LAR DA TERRUGEM

Associação de Reformados da Freguesia da Terrugem (IPSS) – Sintra

2. PLANO DE ACTIVIDADES - 2018/2019

Creche

Mês	DIA	ACTIVIDADES
Setembro	3	Receção e acolhimento das crianças
	4	Montagem e decoração das salas em conjunto com as educadoras
	12	Reunião Geral de Pais com a presença da Direção
Outubro	4	Dia Mundial do Animal
	16	Dia Mundial da Alimentação
	31	Dia do Pão por Deus
Novembro	11	Dia de São Martinho
	20	Dia Nacional do Pijama
	A Designar	Atividade Intergeracional (Ateliês de Pintura, Costura e Histórias)
Dezembro	A Designar	Festa de Natal da Instituição
	A Designar	Atividade Intergeracional (Ateliês de Costura e Histórias)
Janeiro	6	Dias dos Reis
	A Designar	Atividade Intergeracional (Ateliês de Pintura, Costura e Histórias)
Fevereiro	14	Dia da Amizade
	A Designar	Atividade Intergeracional (Ateliês de Pintura, Costura, Histórias e Psicomotricidade)
Março	1	Desfile de Carnaval
	8	Dia Internacional da Mulher
	19	Dia do Pai
	21	Dia Mundial da Árvore
	A Designar	Atividade Intergeracional (Ateliês de Pintura, Costura e Histórias)
Abril	19	Páscoa
	2	Dia Internacional do Livro Infantil
	A Designar	Atividade Intergeracional (Ateliês de Pintura, Costura, Histórias e Psicomotricidade)
Maio	6	Dia da Mãe
	15	Dia Internacional da Família
	A Designar	Atividade Intergeracional (Ateliês de Pintura, Costura e Histórias)
Junho	1	Dia Mundial da Criança
	5	Dia Mundial do Ambiente
	A Designar	Festa de Final de Ano
Julho	26	Dia Mundial dos Avós
Julho/ Agosto	Ateliês de verão	

Nota: Por diversos motivos as datas deste Plano poderão vir a ser alteradas



2.1 Monitorização dos Objetivos

Objetivos Específicos	Responsável	Indicador	Métrica	Meta	Periodicidade	Impresso a utilizar para obter os indicadores de avaliação
Desenvolver na área Pessoal e Social uma relação positiva e afetiva entre pares e adultos.	Educador	Taxa de cumprimento das atividades estabelecidas no projeto pedagógico	Atividades Planeadas/realizadasx100	50%	Por período letivo	IMP.JUNIOR.006
Desenvolver a motricidade fina e a precisão manual através de atividades de expressão.	Educador	Taxa de cumprimento das atividades estabelecidas no projeto pedagógico	Atividades Planeadas/realizadasx100	50%	Por período letivo	IMP.JUNIOR.006
Promover comunicação, proporcionando uma correta aquisição e articulação de vocabulário	Educador	Taxa de cumprimento das atividades estabelecidas no projeto pedagógico	Atividades Planeadas/realizadasx100	50%	Por período letivo	IMP.JUNIOR.006
Incutir hábitos de higiene, alimentação e autonomia	Educador	Taxa de cumprimento das atividades estabelecidas no projeto pedagógico	Atividades Planeadas/realizadasx100	50%	Por período letivo	IMP.JUNIOR.006