

**Associação Para o  
Desenvolvimento Social do  
Ramirão**

Estrada Municipal n.º 31, Ramirão Casal Vasco

6370 – 022 Casal Vasco

# PLANO DE AÇÃO DE 2021



*“Construí amigos, enfrentei derrotas, venci obstáculos, bati na porta da vida e disse-lhe: Não tenho medo de vivê-la.”*



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

**Augusto Cury**

## **ÍNDICE**

<b>Introdução.....</b>	<b>3</b>
<b>Missão, Visão e Valores da Instituição.....</b>	<b>4</b>
<b>Análise Swot.....</b>	<b>5</b>
<b>Recursos humanos.....</b>	<b>5</b>
<b>Prestação de serviços de enfermagem.....</b>	<b>6</b>
<b>Intervenções Diárias de Enfermagem.....</b>	<b>7</b>
<b>Pertinência de Prestação de Serviços na Área de Psicologia em ERPI (Estrutura Residencial Para Idosos).....</b>	<b>8</b>
<b>Animação Sénior.....</b>	<b>9</b>
<b>Programa de Intervenção para o ano de 2021.....</b>	<b>10</b>
<b>Tipo de Atividades/Objetivos.....</b>	<b>12</b>
Atividades Físicas ou Motoras.....	12
<b>Atividades Cognitivas ou Mentais.....</b>	<b>13</b>
<b>Treino de Escrita.....</b>	<b>13</b>
<b>Jogos de Estimulação Cognitiva.....</b>	<b>13</b>
<b>Atividades através da Expressão Plástica.....</b>	<b>14</b>
<b>Atividades de Culinária.....</b>	<b>15</b>
<b>Atividades de Dança.....</b>	<b>15</b>
<b>Atividades de Música.....</b>	<b>16</b>
<b>Atividades de Informática.....</b>	<b>17</b>
<b>Passeios.....</b>	<b>17</b>
<b>Plano de Atividades de Animação Sociocultural da Associação para o Desenvolvimento Social do Ramirão.....</b>	<b>18</b>
<b>Conclusão.....</b>	<b>21</b>



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

## **INTRODUÇÃO**

No âmbito de mais um ano de intervenção, vimos por este meio apresentar o Plano de Atividades da Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão relativo ao ano decorrente de 2021.

Assim sendo e tendo em conta que estamos perante um ano atípico, em que nos encontramos numa situação de pandemia a nível mundial, todas as atividades serão devidamente adaptadas face a esta. Para segurança e proteção de todos e principalmente e em primeiro lugar dos nossos utentes, existiu uma necessidade de readaptação dos espaços físicos, de um uso mais exaustivo de equipamentos de proteção, entre outros aspetos considerados relevantes face ao contexto atual.

Em contrapartida, com o conhecimento relativo a este vírus e sua disseminação, tem-se vindo a notar de forma negativa e em muitos casos de forma ambígua, a influência deste, no dia-a-dia de uma Estrutura Residencial Para Idosos. Para fazer face a toda esta situação, o Plano de Atividades foi elaborado contemplando três grandes áreas, a Animação Sociocultural, Educação Social e a Psicologia, que se interligam, de modo a atuar nos défices e capacidades dos utentes. Na vertente da Animação Sociocultural, as atividades focam-se na expressão musical, expressão plástica e expressão dramática, em relação à Educação Social, a intervenção direciona-se para as atividades de cariz manual, comemoração de datas festivas, estimulação cognitiva e capacitação motora. Quanto à Psicologia, as técnicas levadas a cabo são a Psicoeducação, Estimulação Cognitiva, Reminiscência e Biblioterapia.

Assim, os objetivos gerais passam por:



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

- Aumento do bem-estar,
- Promoção do *insight*,
- Fomentação do espírito de equipa
- Desenvolvimento da criatividade e sentido crítico,
- Potenciar a capacidade do idoso,
- Facilitar a articulação social,
- Promoção do trabalho em rede,
- Transmissão de novos valores e atitudes,
- Fomentação as relações interpessoais e intergeracionais;
- Promoção de atividades lúdicas
- Diminuição dos níveis de *stress* e ansiedade,
- Colmatação da falta de contacto físico com a família/rede de suporte/cuidadores através do uso das redes sociais e meios de comunicação.

Contudo, o Plano de Atividades não é rígido e pode estar sempre sujeito a alterações, cumprindo sempre as normas impostas pela Direção Geral de Saúde, as condições da instituição, o estado de ânimo dos utentes, bem como fatores externos, que possam inviabilizar a implementação de atividades.

## **MISSÃO, VISÃO E VALORES DA INSTITUIÇÃO**

Conscientes das transformações inerentes ao processo de envelhecimento, nomeadamente no que respeita às condições físicas, cognitivas e psicológicas, procuramos garantir uma solução institucional de elevada qualidade.

As atividades que serão implementadas estão em conformidade com a missão, visão e valores respeitando sempre as linhas orientadoras de base.



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

## **ANÁLISE SWOT**

<b>PONTOS FORTES</b>	<b>PONTOS FRACOS</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Equipa técnica constituída por diversas áreas;</li><li>● Polivalência de alguns dos funcionários;</li><li>● Boas condições do espaço físico e equipamento;</li><li>● Equipamentos existentes;</li><li>● Equipa multifacetada.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Localização;</li><li>● Existência de uma elevada oferta neste setor;</li><li>● Impossibilidade de realização de atividades no exterior, devido à reduzida mobilidade.</li><li>● Nível baixo/ausência de escolaridade</li></ul>
<b>OPORTUNIDADES</b>	<b>AMEAÇAS</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Readaptação perante a temática do covid;</li><li>● Os novos estagiários (fonte de novas ideias, metodologias e conhecimento);</li><li>● Formação contínua;</li><li>● Colaboradoras com espírito de equipa;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Envelhecimento e degradação a nível da saúde dos utentes;</li><li>● Entraves no seio familiar, que impossibilitam por vezes a rotatividade de turnos;</li><li>● Covid-19</li></ul>



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

## **RECURSOS HUMANOS**

Todas as empresas são compostas por pessoas, pessoas essas que trabalham em prol comum, com objetos delineados e com os mesmos fins. No caso de uma IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social), os colaboradores são o “motor” da instituição, são eles que a fazem concretizar as suas metas e objetivos e garantem a prestação de cuidados aos utentes, a todos os níveis, tendo em vista sempre o bem-estar do idoso e o conseqüente envelhecimento ativo.

Assim sendo, a nossa Organização dispõe da seguinte equipa multidisciplinar:

- Diretoras Técnicas
- Enfermeira
- Enfermeiro de Reabilitação
- Educadora Social
- Animador Sócio – Cultural
- Encarregada de Serviços Gerais
- Ajudantes de ação direta
- Ajudantes de ação direta noturna
- Auxiliares de serviços
- Cozinheira
- Ajudantes de Cozinha
- Estagiários (Profissionais e Curriculares)

## **PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE ENFERMAGEM**



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

A Enfermagem preconiza uma prestação de cuidados de qualidade aos utentes, de modo integral, numa perspetiva holística do ser humano, desempenhando atividades de promoção da saúde e prevenção da doença, tratamento e reabilitação. Os cuidados de enfermagem no idoso devem considerar as dimensões biológicas, psicológicas, sociais, económicas, culturais e políticas do envelhecimento, proporcionando um leque de respostas adequadas às reais necessidades das pessoas idosas e das suas famílias, dando visibilidade aos cuidados prestados em diferentes contextos.

Partindo do princípio de que os idosos necessitam de cuidados de saúde diários, existe uma série de intervenções desenvolvidas pelo profissional de saúde durante o seu turno, com o intuito de promover o seu bem-estar geral. Nos meses com temperaturas mais baixas, é frequente um aumento do volume de trabalho devido ao facto de os idosos apresentarem sintomas de gripe e constipação, principalmente nesta altura de pandemia. Nesta fase, existe uma frequente necessidade de avaliação do estado de saúde do utente, bem como, de prestar os cuidados de saúde necessários e adequados à situação e às eventuais urgências que possam surgir. Nos meses com temperaturas mais elevadas há tendência a surgir desidratação, como tal há um maior cuidado por parte da equipa em supervisionar a hidratação dos idosos, realizando um reforço bem como vigiar o aparecimento de sintomas característicos de desidratação.

---

## **INTERVENÇÕES DIÁRIAS DE ENFERMAGEM**

Assim como ocorre em anos anteriores, a colaboração da restante equipa multidisciplinar é fundamental para atingir o sucesso nos cuidados de saúde, permitindo inclusive cuidados mais completos e rigorosos. Não esquecendo essa questão, apresenta-se:



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

- Avaliação de glicemia capilar;
- Administração de insulina conforme Esquema Terapêutico;
- Monitorização de Sinais Vitais (tensão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória, temperatura e dor);
- Medidas de avaliação e controlo de dor;
- Preparação e Administração de Terapêutica;
- Vacinação dos utentes;
- Realização de tratamento de feridas;
- Realização de Oxigenioterapia;
- Realização de Aerosolterapia ;
- Colocação/Otimização de sonda rectal, vesical e/ou nasogástrica;
- Monitorizar o aparecimento de sintomas que possam coincidir com a covid-19;
- Realização de posicionamentos e mobilizações;
- Gestão das dietas dos idosos; Avaliação da eficiência da dieta delineada;
- Gestão de consumíveis de enfermagem;
- Ensinos sobre mobilizações, posicionamentos e cuidados básicos geriátricos;
- Prevenção de úlceras por Pressão;
- Avaliação mensal de feridas / úlceras por de pressão;
- Aplicação de Escalas de Avaliação
- Gestão de consultas, receitas médicas e pedidos de medicação;
- Orientação no acompanhamento dos idosos a consultas médicas/urgências.

## **PERTINÊNCIA DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS NA ÁREA DE PSICOLOGIA EM ERPI (ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS)**

### **UMA NOVA REALIDADE**

Estamos conscientes da situação em que nos encontramos devido à situação pandémica, e a importância de uma intervenção a nível psicológico. Os idosos desde o mês de





## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

Março estão confinados a um espaço, às mesmas pessoas e esse facto fragiliza e compromete a vertente psicológica do idoso. É extremamente importante e imperativo a intervenção a este nível e devido a esse facto e no ano de 2021 é um dos nossos projetos e alternativas para combater este isolamento que nos foi de certa forma imposto.

A população mundial está a envelhecer, e este facto é justificado pela melhoria das condições sanitárias, dos avanços médicos e a diminuição da taxa de natalidade que cada vez mais é notória, principalmente em Países Desenvolvidos. Atualmente ouvimos falar diversas vezes em idas ao psicólogo, principalmente em faixas etárias de idade mais tenra e já na idade adulta. Pouco se tem verificado a eficácia da Psicologia na faixa etária dos seniores. Quais as funções de um Psicólogo num lar de idosos? O que faz realmente? O que o distingue de todos os outros profissionais de uma equipa multidisciplinar de intervenção em pessoas idosas? É necessário e imperativo a intervenção de psicologia numa ERPI, principalmente dada a emergência da situação em que vivemos. Toda esta situação gera uma gigante fonte de stress, tanto para utentes, como colaboradores. Vejamos, os idosos ficaram privados das suas famílias durante meses, facto que já está a ser notório no comportamento dos utentes e na sua adaptação longe dos seus, num espaço que muitas vezes não lhes é familiar. Os utentes “desaprenderam” o que até então tinham atingido. A animação sociocultural, que era uma forma de estimulação grupal, passou a ser realizado em grupos menores, sem o devido e precioso contacto. Todo este contacto, este convívio foram privados e isso denotou-se no comportamento dos idosos.

Outro aspeto diz respeito à abordagem cognitivo comportamental, esta terapia pretende resolver problemáticas do aqui e do agora ligadas a patologias depressivas e ansiosas, que tanto ressaltam neste período.

A observação e intervenção nesta resposta social e com estas faixas-etárias são métodos que se encontram entrelaçados pois a observação é um instrumento crucial, aumentando o material de recolha de informação e a quantidade de informação, observando os vários comportamentos, levando a que se possa proceder com a sua ajuda a obtenção de hipóteses diagnósticas e a posterior avaliação psicológica.



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

Deste modo, é de salientar o valioso papel deste Profissional numa Resposta Social como se revela a ERPI, principalmente no momento em que nos encontramos atualmente.

## **ANIMAÇÃO SÉNIOR**

O plano anual de Animação Sociocultural que apresentamos tem como principal objetivo a ocupação ativa dos utentes, através de atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas.

Este não é um plano para trabalhar para a Terceira Idade, mas sim para trabalhar com a Terceira Idade, fazendo deste público-alvo o protagonista, levando-os à projeção e à partilha das suas vivências, das suas memórias e dos seus saberes. Iremos desenvolver atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas. Também não podemos ignorar o carácter terapêutico e paliativo da Animação. Ao dar entrada num lar, o idoso entra num ambiente onde, provavelmente irá passar os seus últimos dias e o idoso tem consciência disso. Ele tem que se inserir numa nova estrutura e aprender, conhecer e respeitar as regras e hábitos da mesma, tais como os horários das refeições, do levantar e deitar, entre outras, sem poder ter o pleno total sobre si mesmo e isso pode gerar conflitos e estados depressivos para os utentes. A animação de idosos começa quando respeitamos os mais elementares dos seus direitos, como sejam o direito à escolha, à privacidade, à integração e à participação ativa nos pormenores da sua vida. A qualidade de vida do idoso numa instituição depende então da autonomia que fornecemos ao mesmo, quando claro está, é possível de se realizar.



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

## **PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PARA O ANO DE 2021**

Na grelha seguinte serão apresentadas as Oficinas de atividades a desenvolver pelos idosos. Todas estas atividades serão em grupo ou individual dependendo dos planos de atividades propostos e pelo panorama epidemiológico da pandemia da covid-19, no entanto estas atividades poderão ser semanal, quinzenal ou mensal.

ATIVIDADES	Oficina de Música/Dança
	Oficina de Informática
	Oficina de Expressões plásticas
	Oficina de Estimulação Cognitiva
	Oficina de Jogos de Tabuleiro
	Oficina de Dinâmicas de Grupo
	Oficina de culinária
	Oficina “Mexe - te”



## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

Este programa de intervenção de atividades de Animação Sociocultural tem como objetivos específicos de:

- Aumentar a autoestima das pessoas idosas e difundir uma imagem positiva das mesmas;
- Promover a socialização;
- Promover hábitos de vida saudáveis;
- Contribuir para a valorização pessoal e social do idoso;
- Desenvolver a destreza física e mental do idoso;
- Incentivar a participação e potenciar a inclusão social através de atividades culturais e recreativas;
- Incentivar o idoso a desenvolver trabalhos e passatempos de lazer;
- Fomentar as relações interpessoais e intergeracionais;
- Respeitar o cliente quanto à sua individualidade, capacidades, potencialidades, hábitos e interesses;
- Promover o envelhecimento ativo;

O objetivo geral deste plano de atividades tem como finalidade:

- A melhoria da qualidade de vida e bem-estar dos idosos;

### **TIPO DE ATIVIDADES/OBJETIVOS**

---

#### ATIVIDADES FÍSICAS OU MOTORAS



## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

As atividades de exercício físico ou motor têm como objetivo assegurar as condições de bem-estar dos utentes, promovendo a sua saúde, tentando combater o sedentarismo e desenvolvendo as suas capacidades físicas e intelectuais através de tarefas simples de movimentação articular e muscular possibilitando-lhe uma melhor qualidade de vida. Esta atividade tem como objetivos específicos o aumento do autodomínio, melhorar a ocupação dos tempos livres, desenvolver as capacidades físicas, combater o sedentarismo e o stress, prevenção das depressões e aumentar a autoestima.

Esta atividade será desenvolvida através de exercícios de aquecimentos, jogos tradicionais e caminhadas, quando assim as condições o permitirem.

**Material que poderá ser utilizado:** Bolas, Cordas, Garrafas de plástico, bolas específicas para o jogo do boccia, cadeiras, elásticos, paus, tecidos

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural, Educadora Social

**Destinatários:** Todos os utentes da Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão e resposta social SAD, quando a pandemia o permitir, caso não seja possível, será feito na instituição, separadamente, como se tem feito atualmente.

**Dias/Duração:** 1 a 2 vezes por semana, durante 45 minutos cada sessão (a ajustar de acordo com as necessidades/limitações dos utentes)

**Número de utentes por sessão:** 8 a 10 utentes por sessão (a ajustar o número de participantes consoante a adesão)

### **ATIVIDADES COGNITIVAS OU MENTAIS**

#### **TREINO DE ESCRITA**

Esta atividade tem como objetivo, manter o treino da escrita e as capacidades dos utentes alfabetizados.



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

**Material:** Papel, material de escrita, livros de leitura

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural e Educadora social

**Destinatários:** Todos os utentes que queiram participar

**Dias/Duração:** Quinzenal.

**Número de utentes por sessão:** 8 a 10 utentes por sessão (a ajustar o número de participantes consoante a adesão)

## **JOGOS DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA**

O objetivo dos jogos de estimulação cognitiva é aumentar a atividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e, prevenir o surgimento de doenças degenerativas. Esta atividade será desenvolvida através dos Ateliers de Memória que compreendem o desenvolvimento de:

- Operações Aritméticas Simples; Jogo das Diferenças;
- Jogo do Labirinto;
- Jogo de Memória;
- Sopa de Letras;
- Puzzles;
- Damas;
- Provérbios;
- Adivinhas;

**Material:** Papel, Caneta, Livros de Atividades, Puzzle, Damas, entre outros.

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural e Educadora Social

**Destinatários:** Todos os utentes que queiram participar



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

**Dias/Duração:** 1 vez por mês ou quinzenal

## **ATIVIDADES ATRAVÉS DA EXPRESSÃO PLÁSTICA**

As atividades de expressão plástica permitem ao utente exprimir-se, desenvolver e estimular a imaginação e a criatividade através das várias formas de expressão, desenvolver a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psico-motora. Ao realizarem estas atividades evitam o isolamento e o ócio, desenvolvem o sentido crítico, exprimindo as suas preferências e razões das ações, ao mesmo tempo que promove o desenvolvimento e enriquecimento de qualidades grupais, coesão, partilha, trabalho em equipa, confiança, sensibilidade, relações interpessoais, iniciativa, expressão e autocontrolo. Estas atividades passam por, modelagem, pintura, colagens e trabalhos manuais.

**Material:** Lã, Algodão, tecido, papel, canetas, lápis, pincéis, tela, tinta, entre outros

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural e Educadora Social

**Destinatários:** Todos os utentes que queiram participar

**Dias/Duração:** 1 vez por semana.

**Números de utentes por sessão:** 8 a 12 utentes por sessão (a ajustar o número de participantes consoante a adesão)

## **ATIVIDADES DE CULINÁRIA**



## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

O *atelier* de culinária tem como objetivos fomentar a partilha de saberes e experiências relativamente à culinária, desenvolver o espírito crítico, reflexivo e participativo, promover um momento de bem-estar, de partilha de opiniões e de sentimentos, relembrar hábitos, costumes e vivências oriundos do espaço em que os sujeitos estão ou estiveram inseridos.

**Material:** Material de cozinha

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural e Educadora Social

**Destinatários:** Todos os utentes que queiram participar

**Dias/ Duração:** Sempre que apropriado

**Número de utentes por sessão:** Todos aqueles que quiserem participar

### **ATIVIDADES DE DANÇA**

A dança é uma forma de animação que pode e deve ser desenvolvida com os adultos maiores, uma vez que para estes a dança está associada a memórias e experiências importantes na sua vida. Esta atividade será desenvolvida através de tardes de dança, onde os utentes poderão praticar, dança tradicional, dança de roda, etc.

**Material:** CD's de música popular, Leitor de CD.

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural e Educadora Social





# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

**Destinatários:** Todos os utentes que queiram participar

**Dias/Duração:** Dias de festas de aniversário, festas populares ou dias temáticos, com a duração que os utentes desejarem.

## **ATIVIDADES DE MÚSICA**

A música nacional e internacional permite alegrar a vida de qualquer pessoa, incentivando os utentes para a interação em grupo, o convívio e o enriquecimento da cultura de cada um. Através da música e do canto, fomenta-se a participação ativa dos utentes, divulgando assim parte da realidade cultural de cada um. Esta atividade será realizada através da prática de ouvir música e cantar músicas.

**Material:** Rádio, Cd's e leitor de Cd's.

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural e Educadora Social

**Destinatários:** Todos os utentes que queiram participar

**Dias/Duração:** 1 vez por semana

## **ATIVIDADES DE INFORMÁTICA**

A utilização da informática, e da internet em particular, pelos idosos pode abrir novas possibilidades de contato com outras pessoas e realidades, nomeadamente aos



## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

idosos que por vários motivos têm dificuldade de locomoção. Tem como principal objetivo o contacto com a realidade.

**Material:** Computador, Acesso à Internet

**Recursos Humanos:** Animador Sociocultural e Educadora Social

**Destinatários:** Todos os utentes que queiram participar

**Dias/ Duração:** quinzenal

### **PASSEIOS**

Os passeios tem como objetivo proporcionar aos idosos a sensação do “ir e vir”, de poder sair da rotina, de fazer um passeio e retornar, de fazer algo diferente, que contribua para o bem estar do idoso. Os passeios serão devidamente coordenados pela Educadora Social e pelo animador sociocultural, para que os idosos/utentes possam ter a oportunidade de conhecer outras realidades.



## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

### **PLANO DE ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL DA ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO SOCIAL DO RAMIRÃO**

<b>ATIVIDADES</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>CALENDÁRIO LOCAL</b>
Festa dos Reis	Promover momentos recreativos;	Material de desgaste	Dia: 6 de Janeiro Local: Sala de Convívio e restantes
Dia do Amigo	Promover amizade e afetos	Música; Folhas A4; Feltro;	Dia: Fevereiro Local: Sala de Convívio e restantes
Festa de Carnaval	Proporcionar momentos de festa e convívio	Coluna de som; TV; Enfeites de Carnaval;	Dia: Fevereiro Local: Sala de Convívio e restantes
Dia Internacional da Mulher;	Proporcionar momento lúdico,	Material de desgaste; Música; TV;	Dia: 8 de Março Local: Sala de convívio e restantes
Dia de São José;	Relembrar o momento de pai;	Material de desgaste; (Elaboração de diploma do dia do pai)	Dia: Março Local: Sala de convívio e restantes
Comemorações da Páscoa	Proporcionar um momento de cariz religioso aos	Material de desgaste; - TV	Dia: Abril Local: Sala de Convívio e restantes



## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

	idosos		
Dia da mãe	Recordar momentos	Construção de uma flor	Dia: Maio Local: Sala de convívio e restantes
Comemorações de Fátima	Proporcionar momento religioso	Tv	Dia:13 Maio Local: Sala de convívio e restantes
Santos Populares	Reviver tradições; Proporcionar momento lúdico	Tv Musica	Dia: Junho Local: Sala de convívio e restantes
Passeios de Verão	-Promover contato com exterior	Águas, bonés, jogos	Dia: a definir pela instituição
Outono	Desenvolver criatividade	Material de desgaste	Dia: Setembro Local: sala de convívio e restantes
Participação no concurso abóboras Participação no concurso abóboras	Proporcionar momentos de lazer e convívio;	Abóbora e material de desgaste	Dia: Outubro Local: sala de convívio e restantes
S. Martinho	Manter a Tradição Fomentar o convívio	Castanhas Assadores Aparelhagem	Dia: Novembro Local: sala de convívio e restantes



## **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

Inverno	Decoração de Inverno  Estimular a destreza manual e a motricidade fina.	Material de desgaste	Dia: Dezembro  Local: sala de convívio e restantes
Natal	Dialogar sobre os costumes e tradições da época; Elaboração dos enfeites pelos clientes; Enfeitar a Instituição alusiva a época Natalícia; Promover vivências e costumes da época; Desenvolver competências motoras através da Expressão Plástica; Desenvolver a destreza manual.	Enfeites de Natal	Dia: Dezembro  Local: sala de Convívio e restantes



# **Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão**

## **CONCLUSÃO**

Em suma, podemos concluir que se por um lado o ano de 2020 foi um ano de desafios e consequentes adaptações, a nível de organização de espaços, onde se realizam as atividades com os utentes, bem como a divisão desses mesmos utentes por pisos (rés de chão e 1º andar), para evitar cruzamentos, a realização do Plano de Contingência e a divisão dos idosos segundo critérios de dependência. A nível dos Recursos Humanos, as colaboradoras foram escaladas no piso 1 e rés do chão, mantendo os mesmos elementos de turno, sem existir cruzamento entre as mesmas. No que diz respeito às visitas, quando as mesmas foram permitidas, foi elaborada uma panóplia de regras que teriam de ser cumpridas para proteção de todos os elementos pertencentes à instituição.

Para 2021 pretendemos continuar com essa motivação e capacidade de adaptação procurando sempre a melhor forma de atuar perante os défices e potencialidades dos utentes que agora se junta as consequências negativas que advieram com a pandemia. Com esta pandemia deparámo-nos com a dificuldade de realizar atividades, pois tínhamos de nos cingir à separação de idosos que foi previamente estabelecida.

O trabalho de intervenção na área de animação artística foi elaborado tendo em conta as preferências dos idosos mas mesmo assim foi notável uma falta de motivação por parte dos mesmos. No que diz respeito às atividades elaboradas no decorrer do ano é pertinente refletir sobre a sua abordagem, e sobre como poderemos fazer melhor para uma próxima intervenção.



## ***Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão***

O mais difícil e desafiante nesta instituição é proporcionar um maior envolvimento por parte dos idosos na proposta e planificação das atividades.