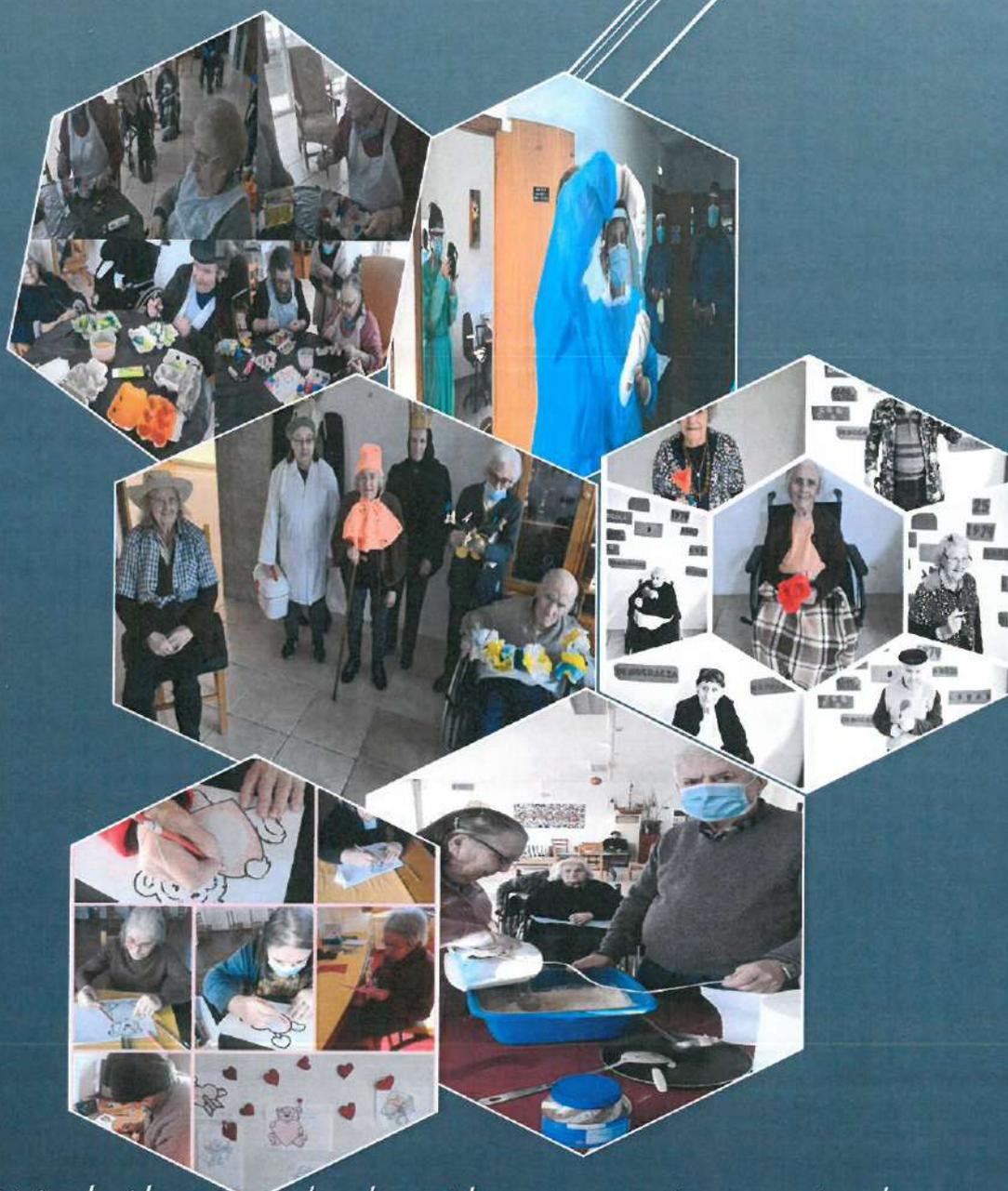




RELATÓRIO DE ATIVIDADES DO ANO 2021



O êxito da vida não se mede pelo caminho que se conquistou, mas sim pelas dificuldades que superaram no caminho. Booker T. Washington



ÍNDICE

INDICE DE GRAFICOS	2
INDICE DE TABELAS	2
INTRODUÇÃO	3
RELATÓRIO DOS SERVIÇOS E DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS AO LONGO DO ANO 2021	4
<i>Medida 1– Potenciar a Saúde</i>	6
<i>Medida 2 – Potenciar a Animação Sociocultural</i>	7
<i>Medida 3 – Potenciar a componente cognitiva</i>	11
<i>Medida 4- Estimulação da componente motora</i>	12
PLANO DE FORMAÇÃO 2021	15
ATIVIDADES REALIZADAS EM SAD (SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO)	16
CONCLUSÃO	18
BIBLIOGRAFIA	19
ANEXOS	20
CONTAS DE GERENCIA 2021	34
ATA CONSELHO FISCAL	36

INDICE DE GRAFICOS

Grafico 1- Taxa de ocupação mensal.....	3
Grafico 2 - Atividades de Saúde	6
Grafico 3-Atividades Ocupacionais com os idosos.....	13
Grafico 4-Serviços Prestados aos idosos	14
Grafico 5- Formações Realizadas	15

INDICE DE TABELAS

Tabela 1- Balanço de atividades dinamizadas ano 2021 em ERPI.....	9
Tabela 2 - Atividades Temáticas realizadas em ERPI.....	9
Tabela 3 – Plano semanal de atividades socioeducativas	10
Tabela 4 - Intervenção socioeducativa com os idosos	10
Tabela 5- Intervenção cognitiva com os idosos	12
Tabela 6- Intervenção Motora com os idosos.....	13
Tabela 7- Balanço de Atividades de 2021 SAD	17

INTRODUÇÃO

O presente Relatório de Atividades relativo ao ano de 2021 aborda a apresentação do trabalho realizado ao longo do mesmo.

A estrutura do documento contemplará um enquadramento geral do Relatório, através da esquematização do trabalho concretizado, seguido das alterações justificadas. De seguida, de uma forma mais minuciosa sumariam-se as atividades realizadas, com a devida fundamentação teórica. Serão abordadas as atividades que foram planeadas e que por algum motivo não foi possível a sua implementação, bem como a sua justificação. Como parâmetro paralelo e fundamental a todo este Relatório, seguir-se-á a avaliação qualitativa das atividades implementadas.

Todas as atividades foram dinamizadas, respeitando a realidade do público-alvo, de forma a permitir uma intervenção real, dando assim resposta às necessidades dos utentes, definindo objetivos e respeitando os défices dos mesmos. A sua elaboração prévia objetivou a construção de um processo de diagnóstico participado e correspondente à realidade contextual.

Pretendemos dar conhecimento detalhado do trabalho desenvolvido por toda a equipa de colaboradores da instituição, trabalho este desenvolvido no serviço prestado ao utente. Procurámos ainda refletir a qualidade das respostas dadas, no que se refere à qualidade do alojamento, da alimentação, dos cuidados de higiene e conforto pessoal, do apoio no desempenho das atividades de vida diária, da lavagem e tratamento de roupas, da prestação de cuidados de saúde. Abordámos também a organização de atividades ocupacionais quer de carácter cognitivo e de reabilitação motora por nós implementadas por nos parecerem imprescindíveis neste grupo etário, de modo a contrariar os efeitos dos défices de mobilidade, procurando melhorar a autonomia física, a autoestima e o treino da memória dos clientes.

Além destas também foram valorizadas as atividades culturais/temáticas e de animação, uma vez que é através destas que é possível não só o convívio interpares, como o reviver do seu passado através da tradição.

A taxa de ocupação em ambas as respostas sociais, não se alterou, como demonstra o Gráfico seguinte:



Gráfico 1- Taxa de ocupação mensal



RELATÓRIO DOS SERVIÇOS E DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS AO LONGO DO ANO 2021

Toda a implementação das atividades desenrolou-se na Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão que comporta 2 respostas sociais: ERPI (Estrutura Residencial Para Idosos) e SAD (Serviço de Apoio Domiciliário).

Sendo quase inevitável não se abordar a temática da Covid 2019, esta ainda continuou a ter um peso importante e crucial na vida quotidiana dos idosos, e consequentemente na dinamização das atividades que exigiam um determinado distanciamento entre utentes e entre utentes/dinamizador, o que condicionou a eficaz dinamização das mesmas e por vezes o efeito pretendido. Contrastando este facto, a administração das vacinas, nomeadamente, as três doses, permitiu uma ligeira segurança por parte dos técnicos.

A finalidade deste relatório de atividades visa o balanço das atividades dinamizadas no ano 2021, atividades essas que tinham como grande finalidade:

- A melhoria da qualidade de vida e bem-estar dos idosos e consequentemente a dinamização de atividades que satisfaçam as necessidades da população, envolvendo-as como integrante ativa das mesmas.

Para além do objetivo primordial, existem objetivos mais específicos que quando atingidos satisfazem diretamente para o alcance do objetivo principal, sendo eles:

- A fomentação do espírito de equipa, o desenvolvimento da criatividade e sentido crítico, o potenciamento da capacidade do idoso;
- A fomentação das relações interpessoais e intergeracionais;
- A promoção de atividades lúdicas;
- A diminuição dos níveis de stress e ansiedade;
- Colmatação de falta de contacto físico com a família/rede de suporte/cuidadores através do uso das redes sociais e meios de comunicação.
- Capacitação de modo a contrariar efeitos dos défices de mobilidade, procurando melhorar a autonomia física, a autoestima e o treino da memória dos clientes.

Todos estes objetivos referidos anteriormente dizem respeito aos objetivos específicos a que a instituição se propôs a concretizar no ano de 2021.

Apesar de tudo, o ano de 2021 foi um ano de desafios, mas também de estímulos, em que a Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão teve de continuar a se reinventar, mantendo o bom funcionamento que teve até então, tudo isto com o intuito de minimizar o impacto emocional e social, que a pandemia teve nos nossos utentes e consequentemente nos seus familiares.

Perante o contexto de pandemia todos os serviços foram assegurados em ambas as respostas sociais dando-se cumprimento a todas as necessidades, exceto nas atividades lúdicas coletivas que se realizavam entre os utentes de Serviço de Apoio Domiciliário e Estrutura Residencial Para Idosos.

O processo de envelhecimento feito de modo mais ativo pode ser aplicado tanto ao nível individual como grupal e permite que os indivíduos ganhem consciência do seu potencial em relação ao bem-estar físico, cognitivo e social, através da participação ativa na sociedade conforme as suas necessidades, desejos e características (Sousa,2013).

Segundo Correia (2021, p.21), “envelhecer pressupõe alterações físicas, psicológicas e sociais do indivíduo, sendo estas naturais e gradativas. Essas transformações são gerais podendo ser verificadas na idade mais precoce ou na idade mais avançada e em maior ou menor grau, consoante as características genéticas de cada indivíduo, principalmente relacionadas com o modo de vida de cada um”. Devido a estas transformações é necessário realizar todo um trabalho em rede colmatando algumas fragilidades e reforçar potencialidades existentes. Posto isto, torna-se pertinente a definição de quatro medidas que contemplam todas estas áreas, que em ERPI fazem todo o sentido serem o foco de intervenção.

As estratégias planeadas para alcançar este objetivo sofreram readaptações face à pandemia, tendo como base de trabalho a elaboração do plano de contingência, que foi atualizado consoante cada norma ou orientação recebida. Considera-se que o objetivo foi superado, uma vez que foram realizadas formações internas, através da utilização da plataforma da instituição (MySenior), nomeadamente divulgação das normas da DGS, plano de contingência, reforço de medidas de segurança e utilização de EPI, medidas de higienização, limpeza e desinfeção de superfícies; Foi criado um grupo de trabalho, utilizando meios de comunicação on-line com toda a equipa (grupos de trabalho WhatsApp) com o objetivo de partilhar em tempo real todas as ocorrências e procedimentos necessários a um adequado funcionamento da Resposta Social. No que diz respeito à equipa de trabalho, foi reforçada através do programa MAREESS, traduzido num contributo essencial para o apoio e bem-estar não só dos utentes, como também da restante equipa, minimizando-se o desgaste físico e psicológico. Um dos desafios sentidos pela equipa diz respeito à integração de novos utentes, devido ao cumprimento do período de quarentena obrigatória, no sentido de minimizar os efeitos nefastos desta. Foram também dinamizadas atividades com o objetivo de preencher o dia-a-dia destes utentes de forma a colmatar os efeitos do isolamento da população residente, houve ainda o cuidado de incentivar os contactos familiares, através de videochamadas e chamadas telefónicas.

As atividades estipuladas foram alvo de adaptações devido à pandemia que ainda vigora, devido a esse facto, as atividades eram realizadas nos dois pisos em horários desfasados, evitando assim o cruzamento entre idosos. As atividades desenvolvidas tinham como finalidade alcançar os objetivos traçados e para isso foram divididas em 4 grandes medidas, que passamos a mencionar.

Medida 1– Potenciar a Saúde

Assume-se como a tarefa mais pertinente e desafiadora no contexto atual do Covid-19 situação de Saúde Pública de abrangência e especificidade, que envolve público-alvo, equipa técnica e profissionais de saúde, mas mais importante que isso, as necessidades diárias de quem é portador de várias comorbilidades, como é o caso dos idosos. Nesta fase também se contou com o trabalho incansável e constante da equipa de Saúde (Médico, Enfermeiros, Psicóloga, Educadora Social, Animador Sociocultural e Assistente Social) no acompanhamento das diferentes situações, mas também no apoio e esclarecimento de dúvidas dos colaboradores e dos familiares. No mês de Janeiro foi administrada a primeira dose da vacina de combate à COVID-19 e no mês de Fevereiro a segunda dose. Em Novembro foi administrada a dose de reforço, associada à administração da vacina da Gripe. O qual agradecemos a colaboração da UCSP de Fornos de Algodres, Bombeiros e restante equipa de saúde. Ainda dentro desta temática, efetuaram-se testes mensais de rastreio preventivo, através do protocolo entre a Segurança Social e a Cruz Vermelha; Mais tarde, já em Dezembro, a entidade reguladora passou a ser a Segurança Social com o ABC testes. Estes testes preventivos constituíram uma mais-valia, pois permitiram tranquilizar os colaboradores testados regularmente e, ao mesmo tempo, agir atempadamente em casos positivos. Em paralelo a todo este processo reforçaram-se os procedimentos de enfermagem diários, como a avaliação de parâmetros, a aquisição medicamentosa e sua administração, acompanhamento a consultas e exames, colocação de soros, de sondas, administração de injetáveis, medicação intravenosa, realização de pensos, a reabilitação motora e psicológica e ensinos aos utentes, motivando-os a adotarem hábitos preventivos e de proteção, bem como aos seus familiares.

Assim sendo:



Grafico 2 - Atividades de Saúde

Medida 2 – Potenciar a Animação Sociocultural

A animação sociocultural na terceira idade fundamenta-se nos princípios de uma gerontologia educativa, promotora de situações de otimismo e operativas, com vista a auxiliar as pessoas idosas a programar a evolução natural do seu envelhecimento, a promover-lhes novos interesses e novas atividades, que conduzam à manutenção da sua vitalidade física e mental, de perspetivar a Animação do seu tempo, que é, predominantemente livre, tendo como foco central a autoestima e a participação comprometida com um bem-estar individual e coletivo. Depois de realizada uma avaliação diagnóstica e apurados os gostos, preferências e por outro lado os défices a serem estimulados, foram dinamizadas atividades de diversa natureza, como comemoração de dias festivos, expressão plástica, animação de desenvolvimento pessoal, de expressão e da comunicação. De uma forma geral, os utentes participaram em todas as atividades, embora muitas das vezes fosse necessário motivá-los e incentivá-los nesse sentido, pois por iniciativa própria não o faziam, o que tornou o trabalho mais difícil e exigiu mais cuidado e tempo. O grau de dependência física e mental em que se encontravam, sem motivação para participar, tendo em conta o contexto pandémico, levou-nos constantemente a readaptar a dinâmica das atividades. Mesmo assim, foi possível assinalar e festejar os aniversários com os familiares através do *WhatsApp*, novidade que trouxe uma grande alegria aos utentes, por poderem ver os seus familiares presentes.

Ginástica:

Na vertente da **animação** fazem parte a **componente física** e daí a pertinência da prática de **ginástica**, que contribui diretamente para o bem-estar do utente, promovendo a saúde, combatendo o sedentarismo, desenvolvendo as suas capacidades físicas e intelectuais através de tarefas simples de movimentação articular e muscular.

- **Material Utilizado:** bengalas, bolas, lençóis, caixas;
- **Recursos Humanos:** Educadora Social, Animadora Sociocultural, Enfermeiro de Reabilitação e Psicóloga.
- **Dias/Duração:** 3 vezes por semana

Expressão e comunicação oral:

São dinamizadas atividades através da **Expressão e da Comunicação Oral** que consistem na dinamização de atividades que estimulem a troca de experiências e vivências entre eles. Permite a troca de ideias, opiniões, sugestões mas também transmissão de **sentimentos e emoções** através da postura corporal. Realizaram-se vários vídeos em que os idosos davam a sua opinião, mostravam a sua perspetiva, davam exemplos acerca das suas experiências passadas e isso trazia memórias passadas ao de cima, o que despoletava emoções por parte dos idosos.



- **Material Utilizado:** Telemóvel, Revistas e pequenos vídeos
- **Recursos Humanos:** Educadora Social, Animadora Sociocultural e Psicóloga
- **Dias/Duração:** Sempre que seja oportuno e sem limite de horário

Dança:

Esta também está incluída na animação sociocultural, uma vez que está associada ao bem-estar, a vivências e a troca de experiências e tal como em todas as outras não foi possível formar um grupo com os 50 utentes, uma vez que devido ao Plano de Emergência, a ERPI ficou dividida em dois andares autónomos, pelo que todas as atividades foram realizadas a duplicar de modo a acompanhar os dois grupos.

- **Material Utilizado:** Computador e colunas de som
- **Recursos Humanos:** Educadora Social, Animadora Sociocultural e Psicóloga
- **Dias/Duração:** Festas de aniversário e festas temáticas

Música:

O Professor de música, António Matos, deslocava-se regularmente à instituição para animar e com a pandemia teve de interromper. Aguarda-se o seu regresso.

Nesta perspetiva procurámos manter a música por estar intimamente ligada com a dança e ser muito apreciada pelos idosos. A música faz recordar festividades, afetos, vivências, tradições, como as ceifas, as vindimas, as Janeiras, a participação em atos religiosos, etc.

- **Material Utilizado:** Computador e colunas de som
- **Recursos Humanos:** Educadora Social, Animadora Sociocultural e Psicóloga
- **Dias/Duração:** Festas de aniversário e festas temáticas

Artes manuais e expressão plástica:

São atividades que têm como objetivo proporcionar ao idoso a possibilidade de se expressar através dos trabalhos manuais e das artes plásticas. Pretende-se igualmente dar largas à criatividade, desenvolvendo e estimulando a motricidade fina e a coordenação psicomotora do idoso. Atividades como **pintura, colagem e recortes** são muito apreciados pelos idosos e são dinamizadas uma vez por semana. Este tipo de atividades dão largas à imaginação e criatividade dos idosos, na medida em que não é apresentado nenhum modelo de referência para cópia mas é dado ao idoso liberdade total para elaborar o que desejar.

- **Material Utilizado:** Canetas, cola, tesouras, papel, revistas, pincéis, jornais, guaches, cartolina, etc..
- **Recursos Humanos:** Educadora Social, Animadora Sociocultural
- **Dias/Duração:** 1 vez por semana



Tabela 1- Balanço de atividades dinamizadas ano 2021 em ERPI

Atividades socioeducativas	104 atividades
Atividades Ocupacionais	208 atividades
Atividades não planejadas e Dinamizadas	2 atividades (Dia da Saudade, Vídeo de Superação Covid)
Chamadas e videochamadas a familiares "Sempre ligados, sempre por perto"	330 chamadas

Tabela 2 - Atividades Temáticas realizadas em ERPI

JANEIRO	
6	Dia dos Reis – Registo Fotográfico com coroas construídas pelos idosos e cânticos das Janeiras
31	Dia da Saudade- Registo em Vídeo acerca da temática da Saudade
FEVEREIRO	
14	Dia dos Namorados – Pintura de desenhos alusivos ao dia
15	Registo fotográfico com disfarces de carnaval construídos pelos idosos
MARÇO	
8	Dia da Mulher – Confeção de crepes e queques de laranja e declamação de poemas relativos à Mulher
19	Dia do Pai- Pintura de desenhos e leitura do livro de S.José, complementando com diálogo acerca da importância da figura paterna
ABRIL	
8-10	Decoração da instituição, confeção dos biscoitos e diálogo acerca das práticas e costumes de cada utente nas suas terras.
13	Dia do Beijo- Os utentes tiveram a oportunidade de demonstrar os afetos pelas famílias através das redes sociais
25	Dia da Liberdade- Construção de um painel alusivo ao dia, com palavras que traduzem o 25 de Abril, os idosos vestiram-se com roupa dessa época e cantaram cânticos que impulsionaram este dia como “Grândola Vila Morena”
MAIO	
3	Dia da Mãe- Os idosos construíram um livro com poemas dedicados à mãe e declamaram os mesmos. Falaram do significado da palavra e recordaram histórias da sua infância com a sua mãe.
13	Dia de Nossa Senhora de Fátima- Visualização do Terço transmitido na televisão.
JUNHO	
23	Dia dos Santos Populares- Os idosos coloriram um desenho alusivo ao dia e cantaram músicas dos Santos Populares. Construção de um arco e de uma moldura com enfeites alusivos ao dia.
JULHO	
27-28	Concurso da Resiestrela, em que os utentes foram desafiados a elaborar algo que retratasse a importância da reciclagem, que posteriormente seria analisado num concurso. Os idosos realizaram um teatro e um mini vídeo.
AGOSTO	
10	Dia da Saudade- Devido à Pandemia e a ausência da família, foram realizadas videochamadas para os familiares dos utentes. Quem não tivesse redes sociais foram feitas chamadas de voz.
SETEMBRO	
9	Vídeo Superação Covid-19- os idosos foram gravados dando a sua opinião acerca da temática, o que trouxe como aprendizagem.
OUTUBRO	
1	Dia do Idoso- Tertúlia “ Como é ser idoso nos dias de Hoje” Opinião dos idosos
28-29	Dia das Bruxas- Decoração de duas abóboras alusivas ao dia para concurso na Biblioteca “Maria Teresa Gonzalez” de Fornos de Algodres Confeção de doce de abóbora
NOVEMBRO	

11	Dia de S.Martinho- Corte das castanhas realizadas pelos idosos, apanha da caruma realizada também pelos idosos. Magusto na instituição.
DEZEMBRO	
8- 17	Construção e decoração de dois presépios e duas árvores de natal para os diferentes pisos. Missa de Natal na instituição, ensaio dos cânticos da eucaristia.
18	Decoração da instituição, construídas pelos idosos com o auxílio dos técnicos.

Tabela 3 – Plano semanal de atividades socioeducativas

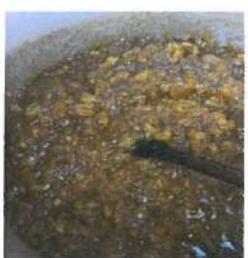
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E SENSORIAL		ATIVIDADE FÍSICA MOTORA	CULINÁRIA	EXPRESSÃO PLÁSTICA
				

Tabela 4 - Intervenção socioeducativa com os idosos

TIPOS DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	OBSERVAÇÃO/AVALIAÇÃO
Lúdico-Recreativas	-Visionamento de filmes -Culinária -Passeio no exterior da instituição	Promover o contacto com o exterior Proporcionar a partilha de saberes e de experiências	Relativamente a este tipo de atividades, manteve-se a realização de algumas atividades de culinária, em pequenos grupos e a visualização de filmes em grupos pequenos e com horários desfasados. Os passeios de grandes grupos foram extintos, devido à impossibilidade de distanciamento nestes casos, no entanto foram realizados passeios no exterior de 3 a 4 pessoas.

Expressão Plástica	-Pinturas, Colagens, Recortes e trabalhos manuais	Necessidade de promover a interação entre os idosos. Desenvolver a imaginação e criatividade. Estimular a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psico-motora.	Não foram implementadas todas as atividades deste cariz devido à proximidade que seria necessária, no entanto foram implementadas a maior parte.
Sociais	-Comemoração dos aniversários -Comemoração de eventos temáticos: carnaval, Páscoa, Santos Populares, S.Martinho, Dia do Idoso e Natal.	Proporcionar atividades diferentes do dia-a-dia da Instituição Proporcionar momentos de lazer Promover a interação, a alegria entre os idosos	Os aniversários dos idosos foram comemorados. Os eventos temáticos foram comemorados, mas por pisos e também com menos pessoas por sala, dividindo os utentes.

Medida 3 – Potenciar a componente cognitiva

A palavra envelhecimento está muitas vezes associada à perda das capacidades cognitivas no idoso assim como ao comprometimento do seu comportamento e autonomia. A palavra cognição pode expor diferentes definições: Segundo Correia (2021), a cognição pode ser explicada como “a capacidade de processar e agir sobre informação com atenção e julgamento”. Quando os componentes da cognição (atenção, memória, orientação, julgamento, raciocínio, função executiva e resolução de problemas) estão ilesos reflete que as funções estão ativas. Contudo, durante o processo de envelhecimento pode haver deterioração. Estas alterações tem a ver diretamente com a autonomia e capacidades do indivíduo. Durante o ano de 2021 a Psicóloga realizou atividades de teor cognitivo durante todo o ano.

Os utentes aderiram muito bem a maior parte das sessões, mostrando-se muitas vezes participativos e interessados nas mesmas.

É de salientar que tanto os exercícios como as atividades foram sempre desenvolvidos e adaptados tendo em conta os défices e potencialidades da maior parte dos doentes e tentou-se sempre que estes fossem o mais inclusivos possível uma vez que a instituição tem alguns utentes com dificuldades visuais e invisual. Ainda neste sentido, e especificamente com estes utentes o trabalho passa muito por tentar desenvolver/trabalhar os outros sentidos que têm mais apurados.

Tabela 5- Intervenção cognitiva com os idosos

TIPOS DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	OBSERVAÇÃO/AVALIAÇÃO
Estimulação Cognitiva	-Exercícios que estimulem a orientação, a atenção, a concentração, a memória, a linguagem, as funções executivas, como levantar um braço, a perna...	Proporcionar momentos de treino cognitivo. Desenvolver a atenção, memória e o raciocínio lógico.	As atividades propostas foram realizadas de acordo com o plano semanal estipulado com a educadora social e o animador sociocultural e também pela psicóloga que se encontrava a estagiar na instituição.
Estimulação Sensorial	-Desenvolvimento de exercícios que permitam identificar os diferentes sentidos.	Promover o relaxamento, o lazer, a diversão, estimulando os diferentes sentidos.	Relativamente a estas atividades a componente tátil não foi tão desenvolvida devido à Covid-19, as restantes foram desenvolvidas normalmente com a adoção das regras de segurança.

Medida 4- Estimulação da componente motora

As atividades físicas consistem, essencialmente, em exercícios de motricidade, coordenação, e de mobilidade, de forma a manter ou a melhorar não só a independência do idoso mas também a sua qualidade de vida.

À medida que envelhecemos é extremamente importante a atividade física/ motora, para que o idoso não vá perdendo cada vez mais a sua autonomia e a par desta, a sua qualidade de vida, mesmo tratando-se de exercícios simples.

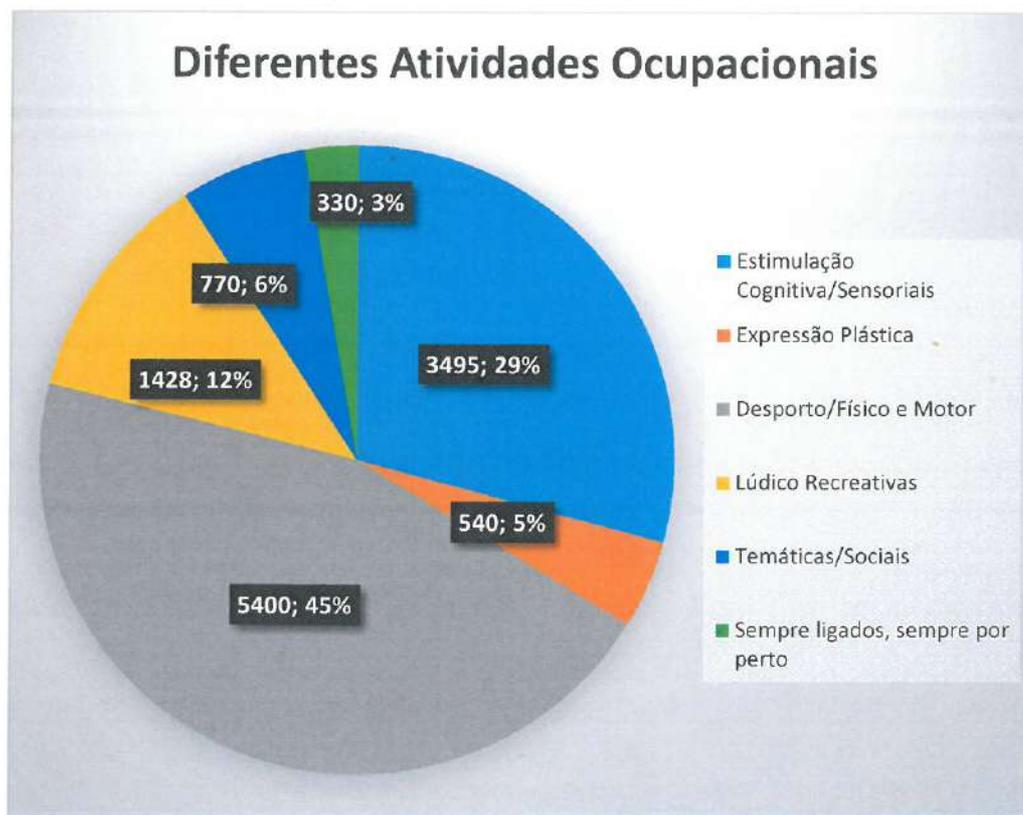
Os exercícios motores têm como objetivo melhorar ou pelo menos manter a força muscular para que a pouca que existe, não se perca. Fomenta, ainda, a resistência muscular, o fluxo sanguíneo nos músculos, melhora a coordenação, a atividade motora global, a agilidade e a qualidade de vida. Promove, ainda, o convívio entre os Idosos, o seu relacionamento, a boa disposição, evitando o isolamento que é tão característico no idoso.

Com a idade as capacidades físicas/motoras vão-se perdendo. No entanto, é possível ajudar o idoso a manter ou pelo menos a retardar estas capacidades através de exercícios psicomotores regulares, com a supervisão de um enfermeiro especializado na componente motora, que acumula funções semanais com a duração de 6H por semana.

Tabela 6- Intervenção Motora com os idosos

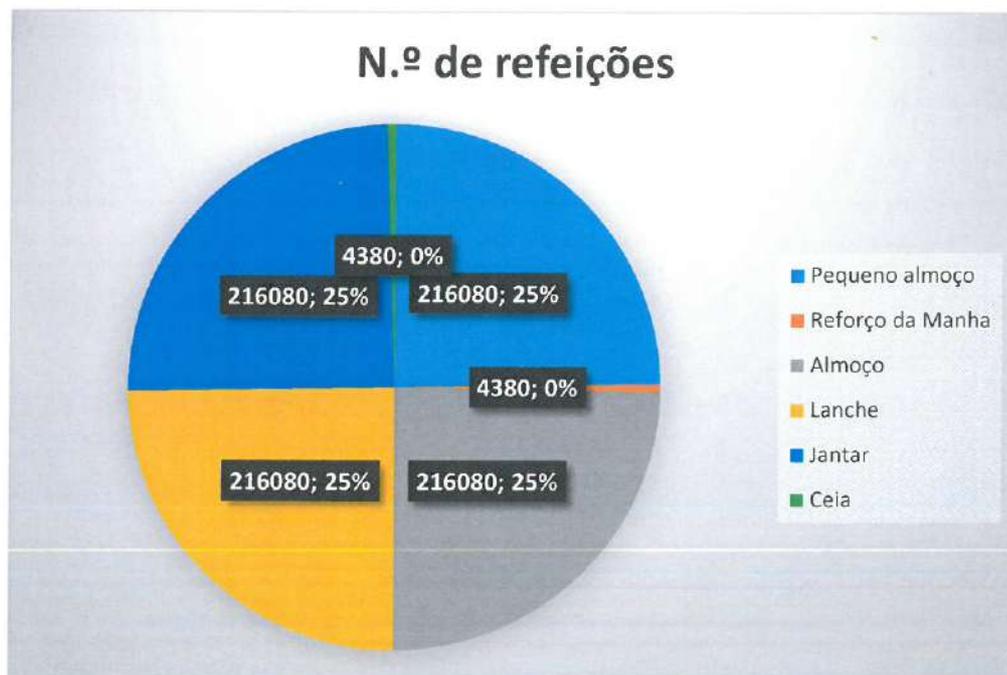
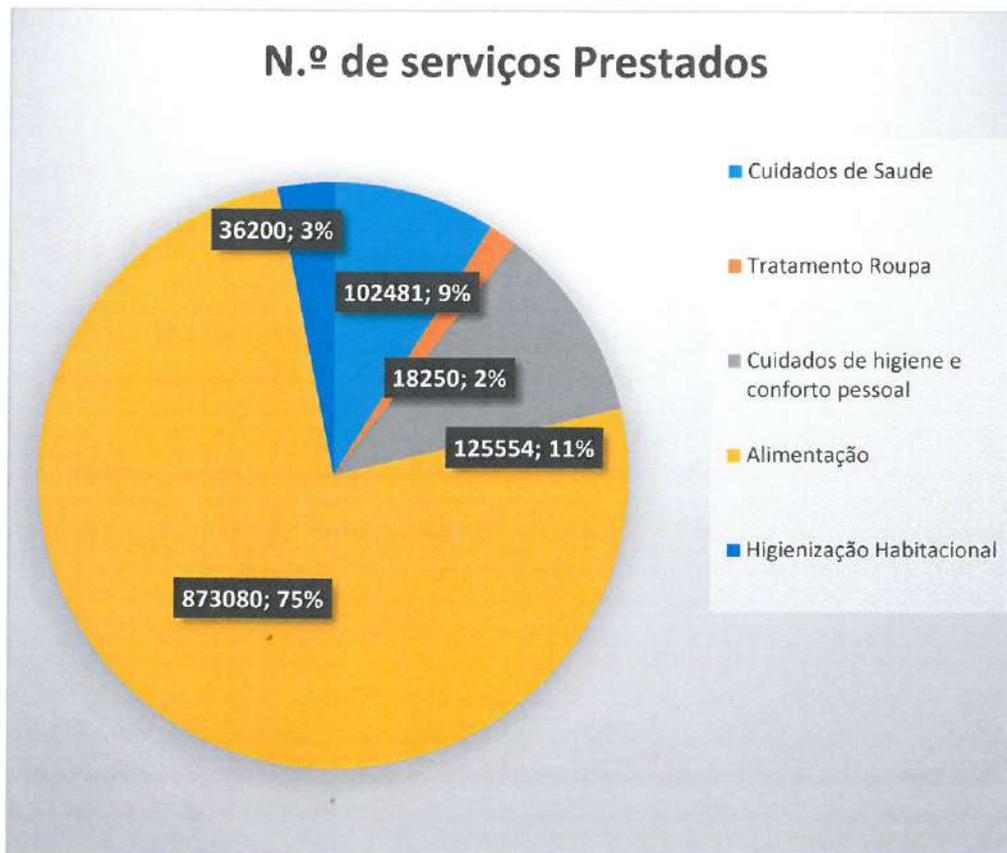
TIPOS DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS	OBSERVAÇÃO/AVALIAÇÃO
Físico e Motora	-Exercícios de aquecimento, relaxamento, fortalecimento muscular e flexibilidade -Exercícios de deslocamento e equilíbrio -Jogos tradicionais	Promover o bem-estar dos idosos. Estimular as competências físico-esqueléticas Melhorar e manter as capacidades físicas Criar momentos que promovam a coesão e a cooperação	O enfermeiro de reabilitação presta 6 h semanais de apoio aos utentes nessa componente. Para além disso, são dinamizadas atividades simples de estimulação motora com a psicóloga, educadora social e animador socio-cultural. Sempre que se realiza esta atividade os idosos permanecem distanciados uns dos outros.

Gráfico 3-Atividades Ocupacionais com os idosos



SERVIÇOS PRESTADOS NO ANO 2021

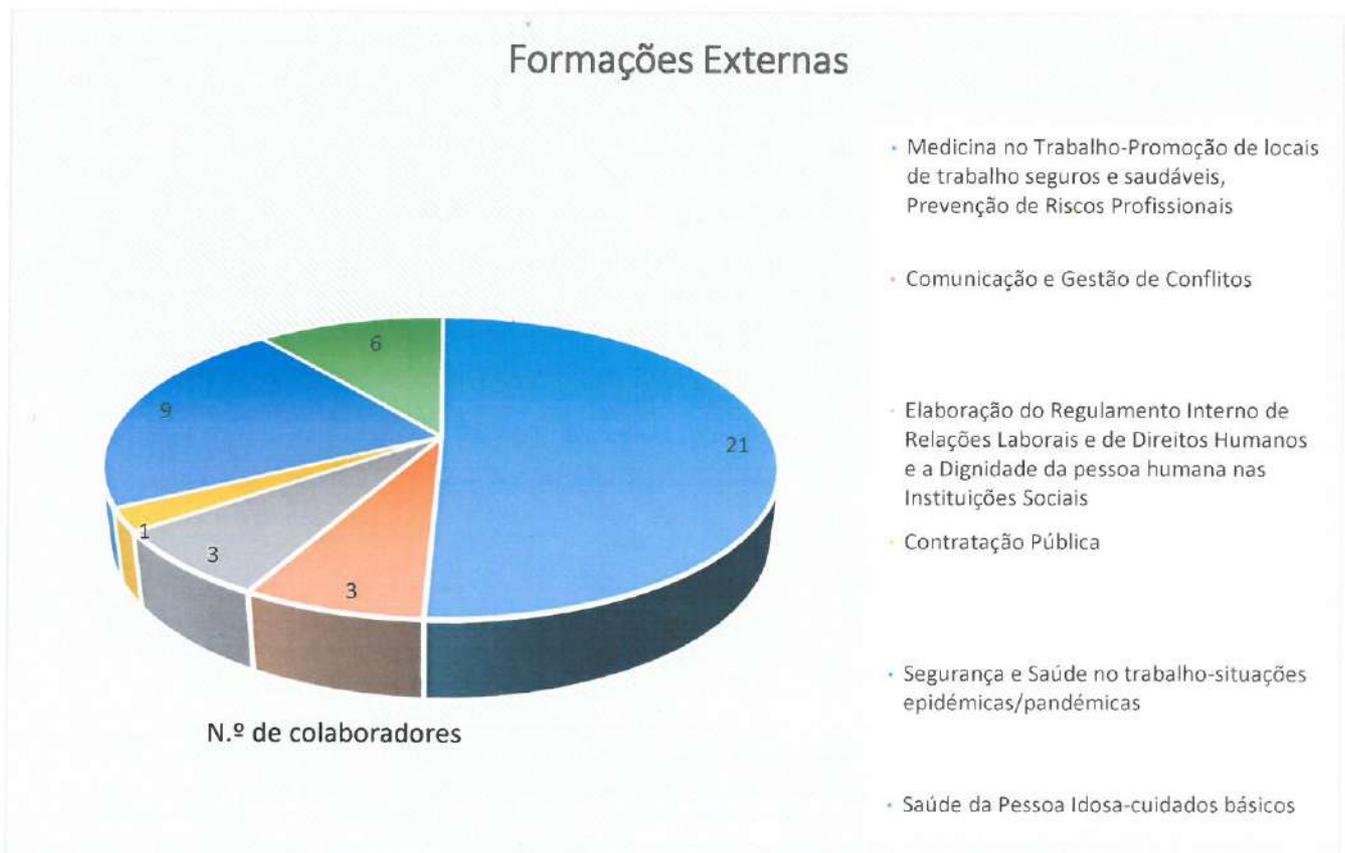
Grafico 4-Serviços Prestados aos idosos



PLANO DE FORMAÇÃO 2021

A Segurança e Saúde no Trabalho é uma temática cada vez mais presente na sociedade atual, que tem vindo a evoluir a par com o desenvolvimento do mundo do trabalho. A preocupação com a segurança dos locais de trabalho tem estado na base da constante criação, reformulação e atualização da legislação aplicável ao mundo laboral (Morgado, 2012). A Formação é uma ferramenta de aperfeiçoamento constante do conhecimento com vista à melhoria da intervenção junto dos utentes da instituição. Em 2021 tivemos Formação Externa e Interna. Na primeira, tivemos ações de formação frequentadas por colaboradores, promovidas por entidades externas cujo programa formativo foi ao encontro da necessidade sentida pelos profissionais e pela instituição. Nem todos os profissionais puderam participar uma vez que não foi possível conciliar horários com a rotatividade da equipa. Assim sendo, é pertinente a formação de trabalhadores em qualquer que seja a natureza profissional. No ano de 2021 foram realizadas as formações abaixo elencadas, não se conseguindo atingir a presença em todas as formações propostas devido a situações burocráticas que impediram a participação de todas as colaboradoras nas mesmas. Outro aspeto que condicionou a realização destas formações diz respeito à época pandémica em que nos encontrávamos e esse facto foi um obstáculo na presença das colaboradoras, devido ao período de isolamento que tinha de ser cumprido, devido ao gozo da assistência a filho por isolamento profilático.

Grafico 5- Formações Realizadas



ATIVIDADES REALIZADAS EM SAD (SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO)

O serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, a indivíduos e famílias quando, por motivos de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades de vida diária. (Rebelo,2018)

O serviço de Apoio Domiciliário desenvolve um conjunto de atividades fundamentais ao bom desenvolvimento da sua tarefa propriamente dita- o apoio ao idoso no seu domicílio mas também procura promover a sua autonomia, autoestima, interação com o outro e para tal desenvolve algumas atividades de lazer.

Devido à pandemia, não foi possível a dinamização de atividades de celebração de festas temáticas, como o Natal, a presença dos utentes na eucaristia, nos Santos Populares, dentro da instituição, no entanto os serviços foram prestados normalmente sem quebras. O serviço de apoio domiciliário apoia 12 idosos de momento, mas prestava apoio a 14 mas duas das utentes tiveram necessidade de ser institucionalizadas na resposta de ERPI, uma em Abril de 2021 e outra utente em Agosto, ficando com 12 utentes de momento (7 mulheres e 5 homens).

Relativamente às atividades de intervenção foi definido um grande eixo, que dizem respeito às grandes linhas orientadoras do serviço prestado.

Nesta grande área foram desenvolvidas atividades diretas com os utentes, que se traduziram no/a:
Acompanhamento individual, através de visitas domiciliárias e atendimento aos utentes e familiares;
Serviços de animação e socialização, através não só de atividades de ocupação de tempos livres, mas também no auxílio a atividades de quotidiano como por exemplo a aquisição de bens e serviços, ou o acompanhamento a entidades;

Acompanhamento a serviços de saúde: consultas no médico de família (15 acompanhamentos), consultas em hospital (4 consultas), pedidos de medicação (50 pedidos) e acompanhamento a exames e consultas em hospitais privados (6 acompanhamentos).

Visitas domiciliárias constituem-se como uma prática profissional que potenciam o conhecimento do quotidiano da família, no seu ambiente familiar e têm como objetivo conhecer as condições em que a família vive. Foram realizadas visitas de acompanhamento com a periodicidade de 1x por mês ou sempre que se justificava por algum motivo em específico.



Tabela 7- Balanço de Atividades de 2021 SAD

Fornecimento de Alimentação	Sensivelmente 8760 refeições
Cuidados de Higiene Pessoal	Sensivelmente 963 Higienes Pessoais
Higiene Habitacional	Sensivelmente 10140 Higienes Habitacionais
Tratamento de Roupa	Sensivelmente 416 Tratamento de Roupa
Visitas Domiciliárias de Enfermagem	3 Visitas Domiciliárias
Tratamento de Pensos/Injetáveis no domicílio	2 Tratamentos de pensos no domicílio



CONCLUSÃO

Este documento final compila uma análise abrangente de todo o processo e anexa alguns materiais elaborados ao longo do ano de 2021.

Durante o ano de 2021, a dinamização destas atividades tiveram como objetivo estimular as capacidades cognitivas e mentais, nomeadamente o pensamento, o raciocínio, a memória e a expressão plástica, bem como a prática de exercício físico, estimulando a motricidade. É neste ponto que o trabalho em animação sociocultural se torna fulcral para uma vida saudável dos idosos. Fora da instituição, a participação. Relativamente ao plano semanal, as atividades com mais empenho por parte dos participantes são sem dúvida a ginástica de manutenção e o *ateliê* de expressão plástica, tendo-se notado uma maior adesão nos meses de inverno, estimulação cognitiva foi umas das atividades que conseguimos melhorar em participações de utentes em participar em sessões individuais e em grupo. Tentámos sempre na altura de primavera e de verão realizar atividades ao ar livre como: caminhadas na área envolvente da instituição. Tentámos, sempre contornar a situação pandémica com dinamização de atividades, cumprindo sempre as normas da DGS devido à Covid-19. Os utentes de SAD não participaram nas atividades internas devido ao ajuntamento e à impossibilidade nesta fase.

Podemos, por fim, constatar que o Plano Anual de 2021, foi cumprido na totalidade, estimulando assim todas as áreas, tendo sido realizadas a grande maioria das atividades planeadas, uma vez que o Plano de Atividades já foi desenvolvido tendo em conta a situação em que nos encontrávamos. A animação não é apenas um momento, mas sim um trabalho diário que perdura, pois a animação incide ao nível psicológico, físico e social e é de vital importância proporcionar uma qualidade de vida aos idosos, preservando a autonomia, autoeficácia e autoestima. Os estabelecimentos existentes para idosos não podem esquecer que os idosos já contribuíram, e continuam a contribuir, para a sociedade, e apesar de terem entrado na idade na reforma, por esse motivo devem estimular «certas atividades que contribuem para o seu desenvolvimento, dando-lhe o sentimento de pertencer a uma sociedade, em cuja evolução podem continuar a contribuir.» (Jacob, 2007: 5). De um modo geral, sentimos que conseguimos aliviar muitas situações de dor e desconforto dos utentes e proporcionar-lhes dias de bem-estar, lazer, convívio e boa disposição.

Podemos adjectivar este ano de 2021, como um ano de gratidão e confiança, confiança em todos os colaboradores, equipa coesa que nunca deixou de acreditar e confiar plenamente nas suas capacidade e espírito de equipa. Um agradecimento especial aos colaboradores que nunca se deixaram vencer pelo cansaço, tendo mantido sempre a sua capacidade de empatia gigante, salvaguardando e preservando sempre o papel e valor do utente. Por fim agradecer às famílias a compreensão e confiança que sempre depositaram em nós, o seu espírito de colaboração, tendo sempre em vista o melhor para o seu familiar.

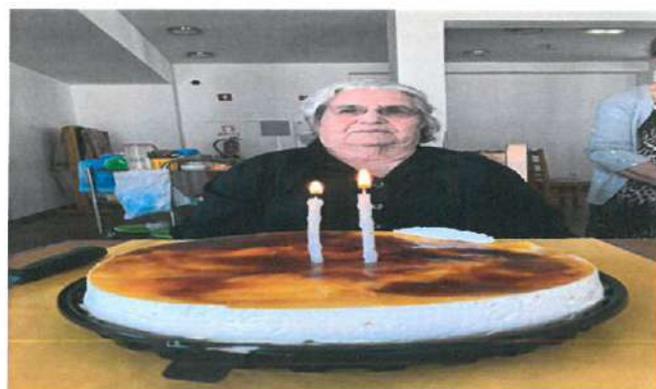


BIBLIOGRAFIA

- Correia, D. (Fevereiro,2021). (RE) COMEÇAR Projeto de intervenção realizado com utentes mais dependentes numa ERPI. Porto
- Jacob, L. (2018) Animação de idosos
- Lopes, M. d. (Fevereiro, 2008). Animação Sociocultural em Portugal. Amarante: Intervenção- Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.
- Morgado. (2012). Justiça entre Gerações. Perspetivas interdisciplinares
- Rebelo, G. (2018).Trabalho e Segurança Social. Uma perspetiva socioeconómica e jurídica
- Sousa, J. G. (2013). Temporalidade e Envelhecimento: como superar as perdas emocionais profundas? O papel da Animação Sociocultural. Em J. D. Pereira, M. d. Lopes, & T. M. Rodrigues, Animação Sociocultural, Gerontologia e Geriatria: A Intervenção social, cultural e educativa na Terceira Idade. Chaves: Intervenção- Associação para a promoção e divulgação cultural.

ANEXOS

ANIVERSÁRIOS



EXPRESSÃO PLÁSTICA



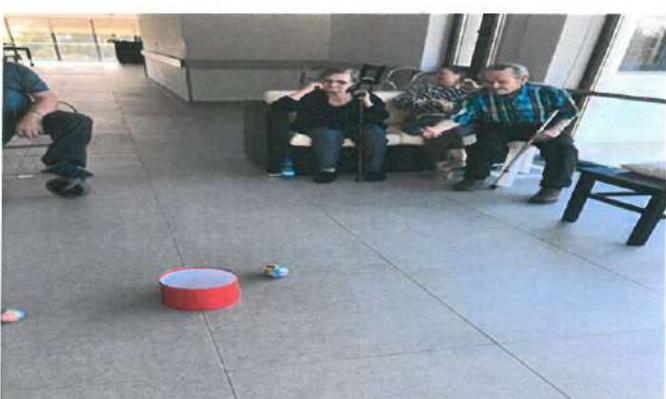
LÚDICOS RECREATIVAS) CULINÁRIA



PASSEIO NO EXTERIOR



ESTIMULAÇÃO COGNITIVA







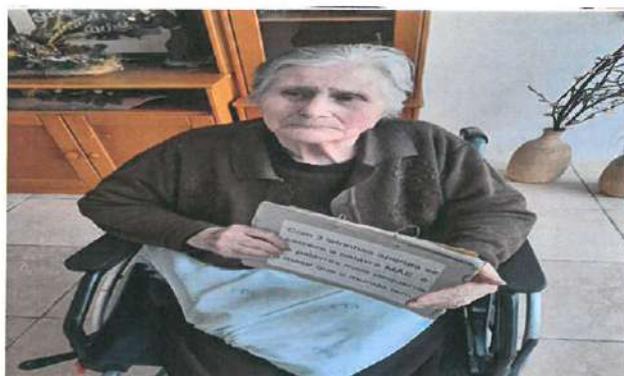
FÍSICO MOTORA

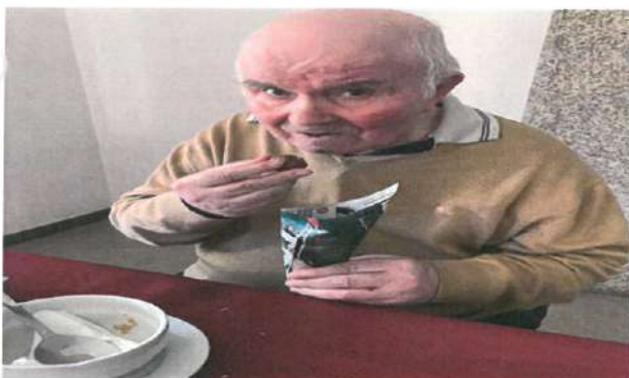




DIAS TEMÁTICOS









CONCURSO RESIESTRELA





CONTAS DE GERENCIA 2021

DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS (Modelo para ME)
De Janeiro até Dezembro

Montantes expressos em EURO

RUBRICAS	NOTAS	PERÍODOS	
		2021	2020
RENDIMENTOS E GASTOS			
Vendas e serviços prestados		371.807,33	362.694,71
Subsídios à exploração		306.203,70	284.768,14
Variação nos inventários da produção			
Trabalhos para a própria entidade			
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas		(70.749,93)	(68.369,00)
Fornecimentos e serviços externos		(163.704,18)	(147.130,35)
Gastos com o pessoal		(306.688,67)	(291.625,97)
Imparidade (perdas/reversões)			(77,27)
Provisões (aumentos/reduções)			
Outros rendimentos		26.025,85	31.892,75
Outros gastos		(2.619,59)	(4.463,78)
Resultados antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		160.274,51	167.689,23
Gastos/reversões de depreciação e de amortização		(51.299,27)	(52.676,31)
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		108.975,24	115.012,92
Gasto de financiamento (líquidos)		(16.121,67)	(17.977,45)
Resultado antes de impostos		92.853,57	97.035,47
Imposto sobre o rendimento do período			
Resultado líquido do período		92.853,57	97.035,47
		(.00)	(.00)

**BALANÇO INDIVIDUAL**
DEZEMBRO 2021

RUBRICAS	NOTAS	Montantes expressos em EURO	
		EXERCÍCIOS	
		2021	2020
ATIVO			
Ativo não corrente:			
Ativos fixos tangíveis		2.046.992,57	2.098.291,84
Ativos intangíveis			
Investimentos Financeiros		2.710,91	2.472,97
Créditos e outros ativos não correntes			
		2.049.703,48	2.100.764,81
Ativo corrente:			
Inventários			
Clientes		8.732,53	6.738,59
Estado e outros entes públicos			
Capital subscrito e não realizado			
Diferimentos			
Outros ativos correntes		148.711,04	147.986,03
Caixa e depósitos bancários		90.781,26	75.044,82
		248.224,83	229.769,44
Total do Ativo		2.297.928,31	2.330.534,25
CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO			
Capital próprio:			
Capital subscrito			
Outros instrumentos de capital próprio			
Reservas legais			
Outras reservas			
Resultados transitados		551.300,02	454.264,55
Outras variações no capital próprio		879.907,52	901.100,17
Resultado líquido do período		92.853,57	
Total do capital próprio		1.524.061,11	1.355.364,72
Passivo			
Passivo não corrente:			
Provisões			
Financiamentos obtidos		604.440,96	664.495,77
Outras dívidas a pagar			
		604.440,96	664.495,77
Passivo corrente:			
Fornecedores		65.893,68	102.903,06
Estado e outros entes públicos		7.696,54	7.281,36
Financiamentos obtidos			
Diferimentos			
Outros passivos correntes		95.836,02	103.453,87
		169.426,24	213.638,29
Total do passivo		773.867,20	878.134,06
Total do Capital Próprio e do Passivo		2.297.928,31	2.233.498,78



ATA CONSELHO FISCAL

ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO SOCIAL DO RAMIRÃO
 ESTRADA MUNICIPAL, N.º 31 - RAMIRÃO
 6370-022 FORNOS DE ALGODRES N.I.F.: 505791471

Folha 5

ATAS

ATA N.º 1/2022

— Aos treze dias do mês de março do ano de dois mil e vinte e dois, pelas dezoito horas e trinta minutos, na sua sede, da Associação Para o Desenvolvimento Social do Ramirão, no cumprimento das disposições legais e estatutárias, reuniu o Conselho Fiscal, desta Associação para, ao abrigo da alínea c) do número 1 do artigo 32.º dos Estatutos, apreciar e dar parecer sobre o Relatório e Contas apresentados pela direção referentes ao exercício de dois mil e vinte e um, com a presença dos senhores: Lúcio Ribeiro Lopes, Henriques Gomes de Campos, Virgínia Oliveira da Cunha Costa Paulo, a fim de dar cumprimento a seguinte ordem de trabalhos: _____

— Ponto único: Emissão de parecer sobre o Relatório de Atividades e Contas do Exercício de dois mil e vinte e um, apresentadas pela direção. _____

— No cumprimento do mandato que nos foi confiado e no desempenho das nossas funções legais e estatutárias, acompanhámos durante o exercício findo em trinta e um de Dezembro de dois mil e vinte e um, a atividade da Associação. Examinámos regularmente os livros, os registos contabilísticos e demais documentação, constatando a observância da lei e dos estatutos e obtivemos da direção os esclarecimentos, informações e documentos solicitados. _____

— Lidos e analisado o Balanço Individual, a Demonstração Individual dos Resultados por Naturezas e a Demonstração Individual de Fluxos de Caixa e correspondentes Notas das Demonstrações Financeiras, bem como Relatório de Gestão, permitem uma adequada compreensão da situação financeira e dos resultados da Associação, cumprindo as disposições legais e estatutárias em vigor. _____

— As políticas e os critérios valorimétricos utilizados merecem a nossa concordância. _____

— Assim, propomos à Assembleia Geral que: _____

— a) Sejam aprovados o Relatório e Contas do Exercício apresentados pela direção relativos ao ano dois mil e vinte e um, _____

— b) Manifeste apressado e formule um voto de confiança na direção, aos serviços e às entidades que contribuíram para o bom funcionamento da Associação. _____

— Para contar se lavrou a presente ata que depois de lida, foi aprovada e assinada por todos os presentes. _____

— O Presidente: Lúcio Ribeiro Lopes

— 1.º Vogal: Henriques Gomes de Campos

— 2.º Vogal: Virgínia Oliveira da Cunha Costa Paulo

