



PLANO DE ATIVIDADES

2016

Proposta do Plano de Atividades realizada pela Direção à qual vai submeter à apreciação da Assembleia Geral.

Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro

[Rua das Escolas, s/nº 6320-121 Casteleiro
271 388 548; larcasteleiro@hotmail.com]

Índice

1) Nota Introdutória.....	3
2) A instituição.....	4
2.1 Caracterização da instituição.....	4
2.2 Missão.....	5
2.3 Valores.....	5
2.4 Visão.....	6
2.5 Política de ética.....	6
2.6 Política de Seleção e Recrutamento dos colaboradores.....	7
2.7 Respostas sociais.....	8
2.7.1 Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.....	8
2.7.2 Centro de Dia.....	8
2.7.3 Serviço de Apoio Domiciliário.....	8
2.8 Recursos.....	9
2.8.1 Humanos.....	9
2.8.2 Físicos.....	10
2.9 Sustentabilidade da organização.....	10
2.10 Posicionamento do Sector.....	10
2.10.1 Eixos Estratégicos.....	10
1. Qualidade dos serviços.....	11
2. Comunicação e Participação.....	11
3. Inovação.....	11
4. Estruturas e Equipamentos.....	11
3) Cronograma.....	12
4) Programa de Atividades.....	14
5) Conclusão.....	22

1) Nota Introdutória

A Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro é uma instituição que consagra na sua ATUAÇÃO, a melhoria dos cuidados de saúde e o bem estar de todos os idosos a quem, diariamente, presta os seus diversificados serviços.

A constante procura da elevação dos padrões de qualidade em todos os serviços que presta exige uma visão estratégica por parte da Direção, na construção de objetivos claros e definição de metas para cada um deles em particular.

Tendo em conta o território de baixa densidade em que esta instituição se situa, sabemos que, num futuro próximo, muitos dos Lares existentes (Concelho do Sabugal e em toda a Beira Interior) enfrentarão problemas de sustentabilidade, situação semelhante à que temos vivido nos últimos tempos com o encerramento das escolas.

É nesta perspetiva realista e sustentada, baseado no conhecimento que temos desta instituição, que assenta o presente Plano de Ação para o ano de 2016.

Continuaremos a trabalhar para que continuemos a ser vistos como uma INSTITUIÇÃO DE REFERÊNCIA, dando a melhor resposta possível a quem nos procura mas, também, a assegurar o emprego a todos os funcionários que dela dependem, bem como o pagamento a tempo e horas a todos os fornecedores.

É graças a todos eles que, com o seu saber e trabalho dedicado, comungando do espírito da EQUIPA DIRETIVA, diariamente constroem e reforçam os alicerces do Lar e Centro de Dia do Casteleiro.

Neste contexto, facilmente se compreenderá que as atividades constantes deste PLANO, apostem em iniciativas que promovam o envelhecimento ativo, tendo sempre presente as reais necessidades e o bem estar de cada utente em particular em contraponto com os recursos e potencialidades da instituição.

2) A instituição

2.1. Caracterização da instituição

Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro é uma Instituição Particular de Solidariedade Social; pessoa colectiva nº 502078880 com sede na Rua das Escolas, 6320-121 Casteleiro, concelho do Sabugal e distrito da Guarda, devidamente registada na Direcção Geral de Segurança Social, sob a inscrição nº 40/91, fl.183, do Livro nº4 das Associações de Solidariedade Social, em 27/09/1990.

Com apoio técnico e financeiro do Centro Distrital, Instituto de Segurança Social, IP – Guarda, esta Instituição desenvolve atividades no âmbito: ERPI, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

Respondendo ao grande desafio que é o envelhecimento da população, esta instituição pauta a sua ação por:

- Melhorar a qualidade de vida dos clientes/utentes;
- Preservar a sua integridade pessoal;
- Manter a sua autonomia e auto-estima;
- Conservar e desenvolver as suas competências (sociais, físicas e psíquicas);
- Estimular a sua participação comunitária;
- Promover a sua maior permanência possível no meio familiar, retardando ao máximo a sua institucionalização;
- Fazer da instituição um espaço em que cada um se sinta em casa, aconchegado e acarinhado na diversidade do que é e de como está, num reforço permanente da sua identidade;
- Valorizar o bem-estar e a originalidade da pessoa, fomentando o respeito e a individualidade de cada um;

- Adequar a instituição às necessidades individuais, com recantos, espaços e mobiliário adequado que respeitem a especificidade, a confiança, a partilha e a alegria de se fazer parte de uma família mais alargada.

É de realçar que a Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro tem por fim promover e prestar assistência a pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, salvo casos excepcionais, naturais ou residentes na freguesia do Casteleiro, residentes nas freguesias limítrofes e idosos em situação de isolamento social ou geográfico.

2.2. Missão

Ser uma Instituição reconhecida como uma estrutura de referência nos cuidados a proporcionar à população idosa. Providenciando aos nossos utentes, o melhor nível de qualidade de vida possível. Cuidar de cada um com o respeito e dignidade que merecem, de forma individualizada.

2.3. Valores

Atender os utentes com respeito, qualidade, eficácia e eficiência, minimizando a sua condição de vulnerabilidade social.

Cada utente é único: privilegiamos relações personalizadas, baseadas no conhecimento profundo das necessidades de cada utente, que nos permita oferecer um serviço adequado, com respeito e humanização.

Excelência como compromisso: Superar as expectativas dos nossos utentes e respeitar os compromissos que assumimos, oferecendo um serviço de excelência, sendo este um desafio diário dos nossos colaboradores.

2.4. Visão

Oferecer excelentes condições de alojamento e de atendimento, lutando para que os colaboradores, dirigentes e utentes sejam como membros de uma grande família pela sua prestação e dedicação a todos os que desfrutam e venham a desfrutar deste espaço acolhedor.

Dar ao público não a ideia, mas sim a certeza de que o Lar de S. Salvador é uma instituição sólida, capaz de fornecer grande conforto e bem-estar a todos os que pela idade ou saúde necessitam de muitos cuidados, afecto e dedicação.

Estarmos abertos a todas as pessoas mais idosas, potenciais utentes, seus familiares e amigos que de uma forma ou de outra possam necessitar dos serviços de um lar que é de todos nós.

2.5. Política de ética

No Lar S. Salvador do Casteleiro regemos a nossa atividade em conformidade com padrões de ética elevados.

A Política de Ética constitui-se como um instrumento de referência para uma intervenção ética da Instituição, assumindo-se uma ferramenta de defesa e salvaguarda de direitos dos clientes/famílias, colaboradores, parceiros e Direcção que fomenta a qualidade nos serviços prestados; promove mecanismos de participação nas boas práticas organizacionais, cria dinâmicas internas na Instituição de abordagem sistematizada das questões éticas; incorpora a ética como ferramenta organizacional no seu sistema de gestão da Qualidade; reforça o papel do Lar S. Salvador como Instituição ética de defesa dos direitos dos clientes; identifica e clarifica os valores e princípios éticos da organização, garante a excelência na qualidade de prestação de serviços com base em princípios orientadores e incentiva à realização de boas práticas.

Todos os clientes/famílias, colaboradores, parceiros e Direcção estão envolvidos na ética organizacional, sempre tendo em conta os valores organizacionais e os valores do cuidar presente no Código de Ética Institucional.

O Lar S. Salvador do Casteleiro assumindo-se como uma organização ética é aquela que, de forma assumida e objectiva, faz do cliente e da sua participação, o eixo principal de toda a sua actividade.

2.6. Política de Seleção e Recrutamento dos colaboradores

O sucesso do Lar S. Salvador do Casteleiro depende essencialmente da qualidade dos nossos colaboradores.

O Lar S. Salvador fomenta a selecção de profissionais qualificados, de acordo com requisitos de ordem técnica, pessoal e comportamental, com vista à prestação de serviços de qualidade e excelência aos seus clientes.

A instituição utiliza métodos e critérios de selecção não só baseados na não discriminação de género, idade, raça, religião, deficiência e orientação sexual como também na legislação em vigor. Deste modo, a Política de Recrutamento do Lar S. Salvador está alicerçada no reconhecimento da igualdade de oportunidades bem como no respeito total pela dignidade humana, com vista a conter qualquer forma de discriminação e a impulsionar o mérito individual.

Dada a especificidade dos clientes, é fundamental ter profissionais com uma boa formação humana profissional e académica, bem como promover o seu desenvolvimento através da atualização de conhecimentos e práticas.

A Política de Recrutamento é ainda consonante com a Visão, Missão e Valores da instituição com o objetivo de assegurar um conjunto de ferramentas que contribuam diretamente para a melhoria dos processos.

2.7. Respostas sociais

A Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro comporta três valências sociais: Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, com um conjunto de equipamentos e serviços destinados à terceira idade, com a finalidade de prestar e desenvolver a assistência a pessoas idosas, promovendo a Solidariedade Social.

2.7.1. Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

A Valência de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) é uma reposta social, destinada a acolher com carácter permanente ou temporário pessoas idosas, de ambos os sexos, desinseridas do meio social e familiar, não autónomos na satisfação das suas necessidades e que expressam livremente a sua vontade em serem admitidas.

2.7.2. Centro de Dia

A Valência de Centro de Dia (CD) é uma resposta social, desenvolvida em equipamento aberto, que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sócio familiar.

Funciona todos os dias da semana das 8h:30 min até às 20 h:00.

2.7.3. Serviço de Apoio Domiciliário

A valência de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, a pessoas idosas, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou

permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou atividades de vida diária.

Têm como horário de funcionamento das 9 h:00 min até às 20h:00, diariamente.

2.8. Recursos

Os recursos constituem elementos fundamentais para o sucesso de qualquer organização. Por razões que se prendem com a natureza do serviço prestado ou pelos próprios espaços físicos, são absolutamente decisivos para o cumprimento da missão da instituição.

2.8.1. Humanos

Dando cumprimento à nossa Missão, que se baseia no máximo de qualidade de vida a prestar a cada utente, é crucial que os recursos humanos tenham sempre presentes: a responsabilidade, a dignidade, o espírito inovador. Só assim conseguiremos atingir o constante crescimento da instituição.

<i>Categorias Profissionais</i>	<i>Nº colaboradores</i>
Ajudantes de Acção Directa	15
Auxiliares de Serviços Gerais	5
Cozinheiras	2
Ajudantes de Cozinha	2

Administrativo	1
Enfermeira	1
Diretora Técnica	1
Animadora sociocultural	1
Assistente social	1

Nota: Contamos ainda com duas colaboradoras, Ajudantes Familiares, inseridas na Medida Contrato Emprego Inserção, IEFP.

Colaboram, igualmente, com a instituição um Médico, uma Fisioterapeuta, uma Cabeleireira, um Técnico Oficial de Contas e um Gabinete de Advogados, sob a forma de prestação de serviços.

2.8.2. Físicos

De acordo com o eixo estratégico número quatro, mencionado a seguir: “A Instituição aposta na melhoria das instalações e equipamentos existentes, assim como na melhoria das condições de segurança e conforto dos utentes e colaboradores.

2.9. Sustentabilidade da organização

A instituição pretende garantir a eficiência orçamental através do aumento do número de Associados, Apoios de Entidades Oficiais, Exposições e

outras atividades. A manutenção e o aumento de Acordos de Cooperação com o Instituto de Segurança Social são outro objetivo da organização.

2.10. Posicionamento do Sector

2.10.1 Eixos Estratégicos

1. Qualidade dos serviços

Considerando que estamos perante serviços dirigidos a pessoas com necessidades especiais, a qualidade dos serviços repercute-se no bem-estar dos utentes. A qualidade na prestação dos serviços está assim associada à constante procura de respostas para as necessidades individuais dos utentes.

2. Comunicação e participação

Procura-se aumentar a visibilidade da Instituição – Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro e dos serviços por si prestados, bem como o reconhecimento da qualidade dos mesmos.

3. Inovação

Diversificação das atividades e novos métodos de trabalho, que reforce a coesão social e a sustentabilidade financeira são uma combinação desejável na Instituição, com vista a uma resposta adequada às necessidades atuais e futuras, bem como aos desafios que se colocam atualmente às Instituições.

4. Estruturas e Equipamentos

A Instituição aposta na melhoria das instalações e equipamentos existentes, assim como na melhoria das condições de segurança e conforto dos utentes e colaboradores.

3) Cronograma

	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Carnaval												
Visualização de filmes												
PEA												
Dia de Reis												
Entrega dos alimentos às famílias carenciadas (FEAC)												
Dinâmicas de grupo												
Páscoa												
25 de Abril – Dia da Liberdade												
Passeio à Senhora da Póvoa												

Horta biológica												
Ida ao Centro Comercial												
Estimulação sensorial e cognitiva												
Dia da Mulher												
Encontro intergeracional – Dia da Criança												
Dia do Idoso												
Magusto												
Reabilitação Física /Ginástica												
Natal												
Santos Populares												
Dia dos avós												
Interacção com a comunidade local												
Jantar de Natal (Direcção, utentes e												

colaboradores)												
Celebração do Dia do Aniversário												
São Valentim												
Palestras de sensibilização												
Atelier Dança e Expressão Corporal												

4) Programa de Actividades

Importa salientar que algumas das actividades dos planos anteriores irão manter-se dado o grau de interesse e envolvimento dos idosos nessas actividades.

Indicadores e avaliação das actividades:

A avaliação do Plano é efetuada através de dados recolhidos ao longo das actividades, nomeadamente através de registos de presenças nas actividades e relatórios com descrição das actividades e objectivos a atingir.

Estratégias de Comunicação e Divulgação:

Os meios de divulgação serão: convites dirigidos a familiares e amigos dos utentes, cartazes expostos nos locais públicos do Casteleiro (por exemplo: Largo de S. Francisco, Junta de Freguesia, Centro de Cultural, entre outros), divulgação na Missa Paroquial semanal, Jornais locais e da região, como o Jornal Cincoquinas, Jornal do Fundão, blog – Vivercasteleiro e Capeia Raiana.

Na instituição as atividades serão divulgadas com afixação de cartazes, ou através de divulgação em Circular Interna ou ainda através do mapa semanal de atividades afixado na sala de atividades da instituição.

Principais objetivos das atividades:

- Otimizar e compreender as funções cognitivas, as necessidades, as expectativas e as motivações dos idosos
- Trabalhar/potenciar as dimensões (física, biológica, psíquica, intelectual, espiritual, emocional, cultural e social) de cada um
- Proporcionar maior qualidade de vida, sentimento de utilidade e um envelhecimento ativo, saudável e integrado
- Privilegiar a interação dos idosos com a família, reforçando desta forma o elo de ligação e os laços afetivos já que o seu meio familiar e social é parte integrante das suas vivências
- Proporcionar aos idosos momentos de boa disposição, contato e interação com comunidade local, privilegiando os encontros intergeracionais

Para melhor compreensão e visualização agrupamos as atividades de acordo com as seguintes temáticas: lúdico-recreativas, cognitivas e sensoriais, reabilitacionais e formativas.

<i>Atividades cognitivas e sensoriais</i>						
<u>Atividade</u>	<u>Calend.</u>	<u>Local/ Horário</u>	<u>Destinat.</u>	<u>Recursos</u>		<u>Obs.</u>
				<u>Humanos</u>	<u>Materiais</u>	
Estimulação cognitiva	Terças feiras	- Salas da instituição	Utentes de ERPI,	D. Técnica Assist.	Documentos de	Individual

		e Gabinete Animadora ,no período da tarde (14h às 15h:30)	Centro de Dia e SAD	Social Animadora sociocultural Enfermeira Colaboradoras da instituição	apoio, canetas, mesas cadeiras, computador, jogos de estimulação cognitiva, entre outros.	e/ou em Grupo
Estimulação sensorial	6ª feiras	Salas da instituição, Gabinete Animadora e no exterior da instituição (jardim e horta), no período compreendido entre as 10 h até às 11h:30 min.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e SAD	D. Técnica Assist. Social Animadora sociocultural Colaboradoras da instituição.	Ervas aromáticas, objectos c/diferentes texturas, computador, colunas de som, projetor, livros, revistas, jornais.	
Dinâmicas de grupo	Quartas-feiras	Salas da instituição, no período da tarde	Utentes de ERPI, Centro de Dia e SAD	D. Técnica Assist. Social	Computador, colunas de som, projector,	Poderá haver a presença dos

		(14h-15h:30 min)		Animadora sociocultural Colaboradoras da instituição.	livros, objectos diversos, cadeiras, material de escrita, entre outros.	familiares e visitas dos utentes nestas dinâmicas
--	--	------------------	--	--	---	---

<i>Atividades reabilitacionais</i>						
<u>Atividade</u>	<u>Calend.</u>	<u>Local/ Horário</u>	<u>Destinat.</u>	<u>Recursos</u>		<u>Obs.</u>
				<u>Humanos</u>	<u>Materiais</u>	
Horta biológica	Todos os dias, sempre que as condições climáticas o permitirem.	Horta da instituição, localizada junto à escola primária.	Utentes de ERPI, Centro de Dia.	D. Técnica Assist. Social Animadora sociocultural Colaborad	Ferramentas de agricultura.	

				oras da instituição		
Reabilitação Física/Ginástica	Segundas-feiras e sextas-feiras	Salas da instituição e Gabinete Médico. A reabilitação será no período da tarde às sextas-feiras e no período da manhã às segundas-feiras.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e SAD	D. Técnica Fisioterapeuta Enfermeira Assist. Social Animadora sociocultural Colaboradoras da instituição.	Materiais e equipamentos de fisioterapia e reabilitação física (bolas, pedaleira, marquesa, TENS entre outros)	

<i>Atividades formativas</i>						
<u>Atividade</u>	<u>Calend.</u>	<u>Local/ Horário</u>	<u>Destinat.</u>	<u>Recursos</u>		<u>Obs.</u>
				<u>Humanos</u>	<u>Materiais</u>	
Palestras de sensibilização	A realizar durante o	A realizar no período	Utentes de ERPI,	D. Técnica Assist.	Projector, computador	

ção	ano.	da tarde, nas salas da instituição.	Centro de Dia e SAD	Social Enfermeira Animadora sociocultur al Colaborad oras da instituição.	, colunas de som, cadeiras, mesas, material de apoio de acordo com a temática a ser abordada.	
Visualizaã o de filmes	Quintas- feiras	Salas da instituição, no período da tarde.	Utentes de ERPI, Centro de Dia e SAD	D. Técnica Assist. Social Animadora sociocultur al Colaborad oras da instituição.	Projector, computador , colunas de som, cadeiras.	

<i>Atividades ludico-recreativas</i>					
<u>Atividade</u>	<u>Calend.</u>	<u>Local/</u>	<u>Destinat.</u>	<u>Recursos</u>	<u>Obs.</u>

		<u>Horário</u>		<u>Humanos</u>	<u>Materiais</u>	
Carnaval		A definir	Utentes de	D. Técnica	A definir	
Dia de Reis	6 Jan.	de acordo	ERPI,	Assist.	de acordo	
Páscoa		com o dia	Centro de	Social	com o dia	
		temático	Dia e SAD	Animadora	temático ou	
Dia da	25 Abril	ou		sociocultur	comemoraç	
Liberdade		comemora		al	ão.	
Passeio à		ção.		Enfermeira		
Sra. Póvoa				Colaborad		
Ida ao C.	Setembro			oras da		
Comercial				instituição.		
Dia da	8 Março					
Mulher						
Encontro						
Intergeracio	1 Junho					
nal						
Dia do						
Idoso	1 Out.					
Magusto	Nov.					

Natal	Dez.					
Santos Populares	Junho					
Dia dos Avós	26 Julho					
Interacção c/comunidade	Anual					
Jantar de Natal	Dez.					
Celebração dos Aniversários	Anual					
S. Valentim	14 Fev.					
Atelier Dança e Expressão Corporal	Anual					

--	--	--	--	--	--	--

Notas:

- A atividade Encontro Intergeracional, Atelier de Dança e expressão corporal podem ser consideradas reabilitacionais, formativas, cognitivas-sensoriais e lúdico-recreativas, ou seja podem ser incluídas nos quatro domínios.
- Programa de Emergência Alimentar (PEA) consiste no apoio diário, através do fornecimento diário de refeições a pessoas carenciadas, enquanto que o FEAC é a distribuição pelas famílias carenciadas de géneros alimentares, sempre em articulação com o Centro Distrital de Segurança Social.

5) Conclusão

A Direção da Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro, consciente das responsabilidades e exigências que se lhe colocam, num contexto económico e social extremamente difícil, procura com parcimónia dar resposta às necessidades identificadas como mais premente, sem descurar o equilíbrio financeiro da instituição e a qualidade dos serviços prestados.

A Direção continuará fiel à missão e visão da Associação do Lar e Centro de Dia de São Salvador do Casteleiro e não deixará de estar atenta às novas oportunidades que reforçam a sua Obra.

O cabal cumprimento destes propósitos exige o envolvimento activo de todos os sócios, a colaboração estratégica dos demais órgãos sociais e o empenho continuados de todos os colaboradores.

Outubro 2015

