
Plano Anual de Atividades

3ª Idade

Ano 2021

Contextualização

O **Plano de Atividades Anual** (PAA) é uma ferramenta de orientação, um guia das atividades e dos projetos da resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário do Centro Social de Azurva.

O PAA do ano anterior não foi maioritariamente concretizado devido à pandemia por covid-19 que, em março de 2020, chegou ao nosso país e afetou de sobremaneira os mais idosos.

O perigo de contágio da nova doença para os mais velhos originou que ficassem em casa, sem contactos e em grande isolamento.

O isolamento social que levou ao cancelamento das saídas ao exterior, à fixação de equipas de SAD, ao afastamento dos familiares e à paragem das atividades sociais e normais do dia-a-dia, foram fatores que contribuíram para o aumento da dependência física e também, o surgimento de implicações graves no foro neurológico para a maioria dos nossos utentes.

Em 2021 será iniciado o processo de vacinação dos mais idosos e espera-se que as implicações da doença sejam menores na sua saúde.

Com esta “janela de proteção” que a vacinação proporcionará surge a esperança de retomar algumas atividades e de se reinventar as atividades de animação, que na sua maioria aconteciam no exterior e na comunidade e que, perante a nova realidade apenas podem ser desenvolvidas no domicílio.

Apesar do contexto pandémico, este **PAA** tem como principal objetivo que as atividades de animação desenvolvidas sejam um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva das pessoas que são utentes do Serviço de Apoio Domiciliário, valorizando sempre as suas competências, gostos, saberes e hábitos culturais.

A execução das atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar a seu desenvolvimento normal, sobretudo as normas da DGS, pelo que, ao longo do ano, poderão ser adotadas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com normas legais, acontecimentos não programados e/ou oportunidades de atividades, provenientes das parcerias estabelecidas na comunidade.

| Atividade | Tipo | | | | | | | | | Principais objetivos de intervenção a alcançar | Recursos | | Calendarização |
|---|-------------------|----------|------------|----------------------|-----------------------|--------|-------------------|---------|-------|--|----------|----------|---------------------------------|
| | Lúdico-recreativa | Cultural | Desportiva | Espiritual/religiosa | Intelectual/formativa | Social | Intergeneracional | Festiva | Outra | | Internos | Externos | |
| Casa & Companhia Domiciliação do serviço de animação com visitas semanais e/ou quinzenais | x | x | x | x | x | x | | x | | Promover a comunicação; Promover a convivência; promover a ocupação dos tempos livres; promover a autoestima; Evitar o isolamento e prevenir a demência. | x | | Ao longo de todo o ano |
| Comemoração dos Aniversários dos utentes de SAD | x | | | | | x | | x | | Promover a autoestima; Valorizar a data festiva junto do utente, da família e amigos. | x | | Nas datas em que ocorrem |
| Atividades interinstitucionais online organizadas por outras IPSS | x | x | | x | x | x | | x | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; reviver hábitos e costumes; Conhecer outras realidades. | x | x | Datas a definir ao longo do ano |
| Festa de São Gonçalinho (oferta de cavaca e calendário alusivo ao dia da festa) | x | x | | x | | x | | x | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; | x | x | janeiro |
| Comemoração do Dia da Mulher com oferta de flor e visita | x | x | | | x | x | | x | | Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio. | x | | 8 de março |
| Comemoração do Dia do Pai | x | x | | | x | x | | x | | Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio. | x | | 19 de março |
| Páscoa – Oferta de foliar e ovos de chocolate | | | | | | | | | | Proporcionar momentos de convívio; Valorizar a data festiva junto do utente. | x | | 1 de abril |
| Comemoração do Dia da Mãe com oferta às idosas mães | x | x | | | x | x | | x | | Promover a autoestima; Proporcionar momentos de convívio. | x | | 3 de maio |
| Comemoração do Dia da Mãe das colaboradoras com a participação dos idosos | x | x | | | x | x | | x | | Promover a ocupação dos tempos livres; Evitar o isolamento e prevenir a demência. Proporcionar momentos de convívio. | x | | 3 de maio |
| Projeto de correspondência entre idosos da freguesia de Eixo-Eirol – “Palavras com esperança” | | x | | | x | x | | | | Promover a comunicação; promover a convivência; Promover a ocupação dos tempos livres; promover a autoestima; evitar o isolamento e prevenir a demência. | x | | Ao longo de todo o ano |

| Atividade | Tipo | | | | | | | | | | Principais objetivos de intervenção a alcançar | Recursos | | Calendarização |
|---|-------------------|----------|------------|----------------------|-----------------------|--------|-----------------|---------|-------|----------|--|----------|---|--|
| | Lúdico-recreativa | Cultural | Desportiva | Espiritual/religiosa | Intelectual/formativa | Social | Intergeracional | Festiva | Outra | Internos | | Externos | | |
| Comemoração do Aniversário do CSA no domicílio | | x | x | | | x | x | x | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Promover o convívio | x | | 28 maio |
| Projeto de correspondência entre as crianças e os idosos – "Palavras Vizinhas" | | x | | | x | x | | | | | Promover a comunicação; Promover a intergeracionalidade; Evitar o isolamento e prevenir a demência. | x | | Ao longo de todo o ano |
| Piqueniques em parques e espaços ao ar livre | x | | x | | | x | | | | | Promover a ocupação dos tempos livres; Promover o convívio. | x | | Ao longo do ano sempre que seja possível |
| Visitas a capelas e/ou santuários | | x | | x | | x | | | | | Conhecer/visitar locais de interesse religioso | | | Ao longo do ano sempre que seja possível |
| Passeios a pé e caminhadas em diversos locais | | | x | | | x | | | | | Promover momentos de interesse desportivo; Proporcionar momentos de convívio. | x | | Ao longo do ano sempre que seja possível |
| Visita ao Museu do Brincar | | x | | | x | x | | | | | Promover momentos de interesse cultural; Promover a ocupação dos tempos livres; Proporcionar momentos de convívio. | x | x | outubro |
| Magusto entre amigos | | x | | | | x | x | x | | | Promover a comunicação, convivência e ocupação dos tempos livres; Reviver hábitos e costumes; Promover o convívio Intergeracional. | x | | 11 de novembro |
| Visita à cidade de Águeda (iluminações de Natal e maior Pai Natal do Mundo) | x | x | | | | x | | x | | | Conhecer/visitar locais de interesse religioso e cultural; Promover o convívio. | x | | dezembro |
| Comemoração do Natal individualmente no domicílio com oferta de prenda | x | | | x | | x | | x | | | Promover a comunicação e convivência | x | | dezembro |

Data de finalização do documento: 20/01/2021

Aprovado na Reunião de Direção de 28 de janeiro de 2021