

Handwritten signatures in blue ink.



centro social de azurva

Plano Anual de Atividades

Área da 3ª Idade

Serviço de Apoio Domiciliário

Ano 2023

1 – INTRODUÇÃO

O Centro Social de Azurva está atento às mudanças da sociedade e pretende responder e ajustar a sua ação de forma dinâmica às necessidades emergentes, ação essa que é pautada por critérios de rigor e isenção.

O Plano de Atividades de cada ano revela a preocupação de informar e sensibilizar a sociedade em geral sobre os objetivos que se pretendem alcançar na promoção e defesa dos direitos através de atividades do Serviço de Apoio Domiciliário.

Todas as atividades apresentadas e análises subsequentes vão de encontro à Missão, Visão e Valores da Instituição, assim como os resultados das atividades dos anos anteriores.

Pretende-se para o ano de 2023 continuar a trabalhar para a melhoria contínua na qualidade dos serviços, procurando assim contribuir para a sustentabilidade organizacional, a otimização do funcionamento e reforço junto da Comunidade da imagem do Centro Social de Azurva.

2 – BREVE HISTORIAL

O Centro Social de Azurva existe desde 1981 e é uma IPSS situada no concelho de Aveiro.

A criação do Centro Social de Azurva nasceu da vontade de um grupo de pais que se associaram no sentido de proporcionar um serviço de Atividades de Tempos Livres (ATL) que garantisse a segurança e a ocupação dos seus filhos durante o seu período laboral.

Reunidas todas as vontades, foi numa sala cedida pelo Grupo Desportivo de Azurva onde começou a funcionar a resposta social de ATL. Depois, mais tarde, passou a funcionar nas instalações devolutas da antiga Escola Primária de Azurva.

Finalmente, a partir de 1983, ocuparam-se as atuais instalações, alargando a área de atuação da Instituição ao Pré-escolar e mais tarde, nos anos 90, à Creche.

O Centro Social de Azurva sempre teve uma grande preocupação de prestar um serviço de qualidade aos seus utentes e de atender as necessidades da comunidade, especialmente, das pessoas mais idosas. Em decorrência desta última preocupação, em 2001, avançou com a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, que funciona atualmente em horário alargado, 365 dias por ano.

O crescimento das instalações e o alargamento dos serviços prestados, durante estes mais de 40 anos de existência, traduziu-se na resposta às solicitações da comunidade envolvente, nomeadamente devidas ao aumento demográfico da localidade de Azurva e às alterações sociais que foram acontecendo. Atualmente, as respostas sociais são:

Creche – 42 crianças

Pré-Escolar – 50 crianças

Serviço de Apoio Domiciliário – 30 idosos

3 – ENQUADRAMENTO SOCIODEMOGRÁFICO DO CENTRO SOCIAL DE AZURVA

“O crescimento económico de Aveiro deu lugar à construção de novas áreas residenciais, o que facilitou um acréscimo dos seus habitantes nos principais lugares da freguesia: em Azurva, Eixo e Horta.

Estes são os lugares que permaneceram na antiga freguesia depois da desanexação de Oliveirinha. Os dados de 2021 registam uma população de 6324 indivíduos.” (Site da Junta de Freguesia de Eixo-Eirol)

As análises estatísticas da população estão disponíveis apenas ao nível concelhio.

Segundo o Diagnóstico Social do Concelho de Aveiro aprovado e publicado em abril de 2022 a população residente no Concelho por grupo etário e género, regista um decréscimo de 931 crianças/jovens, 0-14 anos, em 2021. Quanto à população dos 15 aos 64 anos, em idade ativa, também se verifica uma diminuição (dos 15 aos 24 anos de 125 jovens, e dos 25 aos 64 anos de 154 indivíduos), representando este grupo etário, de população em idade ativa, 56% sobre o total da população residente, em 2021. Relativamente à população com 65 e mais anos, e em todos os anos desta última década, verifica-se um aumento continuado neste grupo etário, que representa já 22% da população residente no concelho. De 2011 para 2021, houve um aumento de 3745 indivíduos com 65 e mais anos. Em 2021, segundo os dados dos Censos 2021 disponíveis, residem no concelho, 17011 idosos, sendo 7361 do género masculino e 9650 do género feminino. O aumento do número de idosos, a diminuição do número de jovens e da população em idade ativa são indicadores que refletem um duplo envelhecimento demográfico da população do Concelho.

Grupo etário	População Residente					
	2011			2021		
	HM	H	M	HM	H	M
0 - 14 anos	11431	5763	5668	10493	5420	5073
15 - 24 anos	8551	4247	4304	8426	4227	4199
25 - 64 anos	45202	21486	23716	45048	21450	23598
65 e mais anos	13266	5624	7642	17011	7361	9650
Total	78450	37120	41330	80978	38458	42520

Fonte: INE, Recenseamento da população e da habitação - Censos 2021; última atualização dados: 16.12.2021
www.ine.pt

É notório o gradual e continuado envelhecimento da população, que se reflete num índice de envelhecimento que cresceu de 139 idosos, em 2017, para 148 idosos, em 2020, para cada 100 jovens com menos de 15 anos, sendo o número de idosos sempre superior ao número de jovens no concelho desde 2007. Analisando o quadro seguinte, também é possível registar, no período em análise, um continuado crescimento no índice de dependência de idosos (relaciona o número de pessoas com mais de 65 anos e o grupo etário dos 15 aos 64 anos), o que já se reflete desde 2001, e que em 2020 era de 31,3. A relação entre a população mais idosa e idosa (quociente entre o número de idosos com 75 ou mais anos e o com 65 ou mais anos), era em 2018 de 46,2, subindo ligeiramente em 2019 para 46,5, mas voltando a descer em 2020, situando-se em 46,3.

Período de referência dos dados	Índice envelhecimento	Índice dependência idosos	Índice de longevidade
2020	147,8	31,3	46,3
2019	144,7	30,7	46,5
2018	142,1	30,1	46,2

Fonte: INE, Estimativas anuais da população residente; última atualização dados: 14.06.2021
www.ine.pt

A análise da realidade local ao nível do envelhecimento fica aquém dos padrões médios europeus e demonstra que os últimos anos de vida são, muitas vezes, acompanhados por situações de fragilidade e de incapacidade, que na maioria dos casos poderiam ser prevenidos.

Assim, julgamos que o papel dos mais velhos na sociedade tem de ser repensado.

Em linha com essa necessidade, no final de 2020, a Assembleia Geral das Nações Unidas trouxe o projeto **A Década do Envelhecimento Saudável 2021-2030** como a principal estratégia para alcançar e apoiar ações de construção de uma sociedade para todas as idades, com base em estratégias já feitas anteriormente, tais como a Estratégia Global sobre Envelhecimento e Saúde da OMS, o Plano de Ação Internacional sobre Envelhecimento da ONU Madrid e as Metas de Desenvolvimento Sustentável da Agenda da ONU para 2030.

Esta iniciativa reúne esforços de governos, sociedade civil, agências internacionais, profissionais, academia, meios de comunicação social e setor privado para melhorar a vida das pessoas idosas, das suas famílias e comunidades.

As IPSS estão alinhadas com estas recomendações europeias e não devem estar apenas focadas no aumento da esperança média de vida, que consiste em acrescentar anos à vida. É importante que estes sejam acompanhados de qualidade de vida, saúde e bem-estar. Desta forma, é realçada a necessidade de pôr em prática políticas e programas que ajudem os idosos a envelhecer de forma ativa, pelo que por esta razão torna-se relevante a promoção da saúde, do apoio social e do bem-estar para todo o ciclo da vida, a criação de contextos propícios e favoráveis que promovam políticas orientadas para a família, bem como a comunidade como base para um envelhecimento seguro e saudável.

4 – SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

Em 2001, o Centro Social de Azurva assinou Acordo de Cooperação com a Segurança Social para iniciar o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD). Ao fim de 20 anos de trabalho com a comunidade, a população idosa apareceu como uma nova necessidade de intervenção para o CSA.

O SAD, inicialmente concebido para 15 utentes, cresceu e alargou o seu âmbito de ação com a principal missão de melhorar as condições de vida dos idosos e/ou pessoas dependentes, prestando variados serviços no domicílio e realizando diversas atividades com o objetivo de que estes permaneçam nas suas casas e junto das suas famílias, sem recorrer ao internamento e à institucionalização.

O serviço prestado no domicílio do utente desdobra-se em diferentes variantes, desde o apoio nas tarefas da vida diária às necessidades específicas de cada um, sempre na tentativa de contribuir para a sua autonomia e aumento do grau de independência.

Atualmente, o SAD presta serviços a 30 pessoas e funciona de segunda a domingo e também aos feriados, durante todo o ano, num horário bastante alargado prestando um conjunto variado de serviços, que são colocados à disposição do utilizador para que este possa escolher aqueles que mais lhe convém, nomeadamente:

- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica;
- Lavandaria e tratamento de roupas;
- Apoio psicossocial;
- Atividades de animação e socialização, designadamente animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços e deslocação a entidades da comunidade;
- Disponibilização de informação facilitadora do acesso a serviços da comunidade adequados à satisfação de outras necessidades.

O SAD do Centro Social de Azurva em situações que se verifique essa necessidade, pode ainda assegurar:

- Cuidados de imagem;
- Transporte;
- Acompanhamento a consultas, exames de diagnóstico, entidades e serviços;
- A orientação ou acompanhamento de pequenas modificações no domicílio que permitam mais segurança e conforto ao utente;
- Atividades ocupacionais;
- Formação e sensibilização dos familiares e cuidadores informais para a prestação de cuidados aos utentes.

5 – INTERVENÇÃO/PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Os serviços prestados no SAD são concebidos para ir ao encontro das necessidades de quem não consegue lidar com as exigências da vida diária, mas que, com algum auxílio, adquirem uma melhor qualidade de vida.

Nos últimos anos, o Centro Social de Azurva tem feito um enorme investimento com os utentes do SAD no sentido de combater o isolamento e a autoexclusão a que muitas vezes estão entregues. Para isso nos últimos anos incrementou-se as atividades de animação que, mesmo durante a pandemia foram reinventadas e concretizadas no domicílio dos utentes.

As atividades no domicílio ou em grande grupo tiveram sempre o grande objetivo de promover o envelhecimento ativo e saudável, bem como a participação e o envolvimento dos idosos na vida da comunidade.

Aos utentes de SAD, juntam-se em muitas ocasiões e eventos os idosos sócios do CSA e residentes em Azurva, que dão vivacidade ao grupo e promovem a partilha de saberes e vivências, o que consideramos muito proveitoso para ambos. Neste sentido são promovidas inúmeras atividades ao longo do ano, de várias tipologias e que se apresentam no quadro seguinte:

Plano Anual de Atividades – área da Terceira Idade - 2023

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	x	x	x			Ao longo de todo o ano
Comemoração dos Aniversários dos utentes de SAD	x					x				x			Nas datas em que ocorrem
#dança100idade	x	x	x			x				x			4ª feiras das 15.30h às 16.30h
Atividades interinstitucionais organizadas pela REDE AVEIRO SENIOR	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x			1 X mês em datas a definir ao longo do ano
Cantar as Janeiras	x	x	x	x		x	x	x		x			janeiro
Festa de São Gonçalinho	x	x	x	x		x	x	x		x			janeiro
Projeto de escrita intergeracional	x	x	x		x	x	x			x			Ao longo de todo o ano
Comemoração do Dia dos Namorados	x				x	x	x	x		x			Ao longo do mês de fevereiro
Baile de Carnaval Sénior	x	x				x	x	x		x			Fevereiro (data a definir)
Comemoração do Dia da Mulher com almoço convívio e ofertas	x	x			x	x	x	x		x			8 de março
Comemoração do Dia do Pai com almoço convívio e ofertas	x	x			x	x	x	x		x			20 de março
Comemoração da Páscoa	x	x				x	x	x		x			6 de abril
Feira de Março	x	x				x	x	x		x			A definir
Comemoração do Dia da Mãe com dinamização de passeio e ofertas	x	x			x	x	x	x		x			5 de maio
Comemoração do Dia da Mãe das colaboradoras com participação dos idosos	x	x			x	x	x	x		x			8 de maio
Festa do Senhor da Serra d'Eixo		x			x	x	x	x		x			maio
Sessão de esclarecimento com a GNR					x	x	x	x		x			A definir
Idolizadas Sêniores	x	x			x	x	x	x		x			6 e 19 de maio
Gerontomotricidade	x		x		x	x	x	x		x			A definir 1 x semana

Handwritten signatures and initials in blue ink.

Plano Anual de Atividades – área da Terceira Idade - 2023

Atividade	Tipo								Principais objetivos de intervenção a alcançar	Recursos		Calendarização	
	Lúdico-recreativa	Cultural	Desportiva	Espiritual/religiosa	Intelectual/formativa	Social	Integracional	Festiva		Outra	Internos		Externos
Sementeira de Provérbios		x			x	x				x	x	A definir	
Visita ao Planetário de Espinho	x	x			x	x				x	x	A definir	
Visita à Campa – Virgem Mila grossa	x	x		x		x				x	x	A definir	
Matiné de cinema	x	x				x				x	x	A definir	
Mês de Santa Joana – Santa padroeira da cidade de Aveiro	x	x		x		x		x		x		15 de maio	
Comemoração do Aniversário do CSA		x	x			x	x	x		x	x	A definir	
Piqueniques em espaços ao ar livre	x		x			x				x		Ao longo do ano sempre que seja possível	
Agitação	x	x				x				x	x	Julho	
Visita à Feira das Lambarices	x	x			x	x				x	x	julho	
Visita à praia	x	x	x			x				x		julho	
Visita ao Museu do Vinho		x			x	x				x	x	setembro	
Visita ao Santuário de Fátima	x	x		x		x				x	x	A definir	
Dia Internacional do Idoso	x					x		x		x		1 de outubro	
Magusto entre amigos		x				x	x	x		x		11 de novembro	
Visita à Agrovouga	x	x	x			x				x		novembro	
Visita à cidade de Águeda (Iluminações de Natal e Pai Natal)	x	x				x				x		dezembro	
Atelier de construção de Postais de Natal		x		x		x				x		dezembro	
Visita ao Presépio de Penela	x	x		x		x				x	x	dezembro	
Almoço de Natal	x			x		x	x	x		x		dezembro	
Visitas de Boas Festas aos utentes	x			x		x				x		Dezembro	

Data de finalização do documento: 24/01/2023

Aprovado na Reunião de Direção de 27/04/2023

Rubens Teixeira
Rubens Teixeira
Rubens Teixeira