



Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço

S. LOURENÇO DE MAMPORÇÃO - ESTREMOZ

I. P. S. S. - Diário da República III Série 07 - 03 - 96

Contribuinte N.º 503 386 685

Largo da Padaria

S. Lourenço

7100 ESTREMOZ

RELATÓRIO DE ATIVIDADES

AATISL



2019

S. Lourenço de Mamporcão, 10 de Fevereiro de 2020



Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço

S. LOURENÇO DE MAMPORCÃO - ESTREMOZ

I. P. S. S. - Diário da República III Série 07 - 03 - 96

Contribuinte N.º 503 386 685

Largo da Padaria

S. Lourenço

7100 ESTREMOZ

Handwritten signatures in blue ink:
- Top right: *[Signature]*
- Middle right: *CCunha*
- Below CCunha: *[Signature]*
- Below that: *José Russo*
- Further down: *[Signature]*
- Bottom right: *[Signature]*

Nota Introdutória:

De acordo com o estabelecido, a Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço, apresenta o relatório e avaliação do Plano de Atividades estabelecido anualmente para o ano de 2019.

A AATISL, que tem como principal objetivo a satisfação de carências sociais, nomeadamente da população idosa da freguesia de S. Lourenço de Mamporcão e concelho de Estremoz, através da prestação de serviços às pessoas idosas e suas famílias, nomeadamente através da:

- Cooperação com as famílias e seus Associados, na sua integração social e comunitária;
- Articulação com todos os serviços da rede social e de saúde da Freguesia, Concelho e Distrito, nomeadamente através do acompanhamento e marcação de consultas médicas;
- Apoio e encaminhamento social dos utentes e seus familiares face às problemáticas que vão surgindo.

"Ninguém ama tanto a vida como o homem que está a envelhecer." (Autor: Sófocles)



Enquadramento/Especificidades das diferentes Respostas Sociais:

No ano de 2019, a AATISL, contou com uma média de 49 utentes, verificando-se alguma oscilação, nomeadamente na valência de Serviço Domiciliário, sendo que as restantes valências mantiveram o número de vagas sempre preenchidas, existindo lista de espera.

Resposta Social de Estrutura Residencial Para Idosos (ERPI)

Na resposta social de ERPI, acolhemos pessoas idosas cuja situação social, familiar, económica e/ou de saúde não lhes permite a permanência nas suas residências, sendo necessário a prestação dos cuidados básicos adequados à satisfação das suas necessidades. Esta resposta conta com 16 utentes, sendo que duas vagas são de gestão privada e uma outra é da responsabilidade da Segurança Social.

SITUAÇÃO/TIPO DE SERVIÇOS PRESTADOS:

- Alojamento;
- Alimentação: Pequeno-Almoço; Almoço; Lanche; Jantar e Ceia;
- Higiene Pessoal;
- Tratamento de Roupas;
- Acompanhamento Médico;
- Cuidados de Enfermagem/Médicos;
- Apoio na gestão de Rendimentos, quando solicitado;
- Atividades de Animação Sociocultural.

Resposta Social de Centro de Dia (CD)

O Centro de Dia é uma resposta social que contribui para a valorização pessoal, partilha de conhecimentos e experiências pessoais, proporcionando ainda durante o dia a resolução de necessidades básicas pessoais, terapêuticas e socioculturais às pessoas afetadas por diferentes graus de dependência, contribuindo para a manutenção da pessoa no seu meio familiar. Esta valência tem como principal objetivo melhorar a qualidade de vida das



peças idosas e possibilitar a permanência parcial dos utentes, nos seus próprios domicílios.

A nossa Instituição tem capacidade para 23 vagas, encontrando-se atualmente todas as vagas preenchidas. No que concerne ao grau de dependência, grande parte dos utentes desta valência são autónomos, no entanto, existem quatro casos de utentes que têm maior dificuldade ao nível da locomoção, necessitando de ajuda.

SITUAÇÃO/TIPO DE SERVIÇOS PRESTADOS:

- Atividades de estimulação cognitiva, de animação e de motricidade;
- Alimentação, nomeadamente: pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar;
- Higiene Pessoal (2 vezes por semana);
- Transporte;
- Serviço de Apoio no Levante e Deitar, existindo 4 utentes a usufruir destes serviços;
- Articulação com os serviços locais de saúde;
- Tratamento de roupas, com calendarização fixa semanal, mas ajustável diariamente se necessário, adaptando-se às necessidades específicas de cada situação;
- Apoio nas deslocações ao exterior, quando solicitado atempadamente;
- Cuidados de Enfermagem, após avaliação da Enfermeira;
- Cuidados Médicos;
- Convívio, passeios e visitas guiadas;
- Prioridade na admissão em ERPI.

Resposta Social de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

Esta resposta social consiste na promoção do bem-estar geral do idoso, visando a sua autonomia e integração social, ficando o utente na sua residência, sendo que a prestação de cuidados individualizados será efetuada no seu domicílio. A Instituição conta à presente data com 9 utentes nesta valência.



Handwritten notes and signatures:
- Top right: "1st" and "2nd" with a checkmark.
- Middle right: "José Pires" (signature).
- Bottom right: "207" and "C.2" (initials).

SITUAÇÃO/TIPO DE SERVIÇOS PRESTADOS:

- Atividades de estimulação cognitiva, de animação e de motricidade;
- Alimentação, nomeadamente: Almoço e Jantar (reforçado de frutas e pão, de modo a permitir a realização de refeições secundárias como pequeno-almoço e lanche);
- Higiene Pessoal (mediante solicitação com periodicidade agendada e realizada na Instituição);
- Tratamento de roupas, com calendarização fixa semanal, mas ajustável diariamente se necessário, adaptando-se às necessidades específicas de cada situação;
- Limpeza Habitacional (2 vezes por semana, mediante pedido, com pagamento ajustável ao número de serviços realizados e sujeito à capacidade de resposta da instituição);
- Atividade de Animação Educativa e Sociocultural, realizadas na sede da IPSS.

Outras Especificidades Gerais à IPSS:

Este ponto serve para apresentar um conjunto de ações/iniciativas desenvolvidas ao nível geral das várias respostas sociais, na contínua prossecução dos seguintes objetivos:

1. Melhoria da intervenção e prestação de serviços dos utentes, ao nível da implementação e manutenção de ERPI, CD e SAD;
2. Melhoria quantitativa e qualitativa dos serviços realizados;
3. Promoção de atividades que estimulem o envelhecimento ativo, melhoria do bem-estar e qualidade de vida dos nossos utentes;
4. Otimização das condições laborais;

Assim, no âmbito dos pontos anteriores devem referir-se as seguintes parcerias:

Cuidados de Saúde:



- Parceria com os Bombeiros Voluntários de Estremoz:

Esta parceria estende-se exclusivamente ao transporte de utentes, realizados com origem ou destino a Instituição, uma vez que são praticados os preços de sócios da Instituição;

- Serviço de Acompanhamento a consultas e tratamentos ao Concelho, extensível a todas as respostas sociais:

O transporte e acompanhamento são realizados mediante pagamento de um valor, fixado anualmente pela Direção, em Tabela de Serviços Adicionais. A sua realização carece de agendamento prévio, de modo a não causar transtorno ao normal funcionamento da Instituição;

- Implementação e Manutenção da Logística intrínseca à Medicação:

A realização desse serviço é, desde longa data, da responsabilidade da Instituição, como forma de minimizar as limitações e condicionantes geográficas e de deslocação dos nossos utentes.

Assim sendo, existem duas modalidades a vigorar, ou a medicação é preparada na Farmácia Godinho, nossa parceira, ou é da responsabilidade dos familiares dos utentes, situação apenas prevista apenas para os utentes de Centro de Dia. Fazendo uma comparação entre estas duas vertentes constatamos que, na grande maioria dos casos a medicação dos utentes de CD e ERPI é preparada na farmácia, cerca de 74,35 %.

Ainda dentro da área da saúde a Instituição tem em consideração os seguintes aspetos:

- Aquisição de receituário junto da Médica que presta serviços à Instituição;
- Encaminhamento de receituário para a Farmácia/Famílias;
- Validação e registo de dados de faturação, de modo a posteriormente cobrar os valores e ir fazer o seu pagamento à Farmácia;

Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like José Russo and others.



Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço

S. LOURENÇO DE MAMPORÇÃO - ESTREMOZ

I. P. S. S. - Diário da República III Série 07 - 03 - 96

Contribuinte N.º 503 386 685

Largo da Padaria

S. Lourenço

7100 ESTREMOZ

- Distribuição e entrega da medicação aos utentes ou seus familiares;
- Serviço de Análises Clínicas na Instituição

Este serviço é realizado com a periodicidade mínima de 1 vez por mês. Neste serviço são realizadas as colheitas de sangue dos utentes, por um profissional de laboratório, evitando que os utentes se desloquem ao Concelho para a realização de análises clínicas.

- Coordenação e Planeamento de Cuidados de Saúde

Mediação e coordenação entre utentes, seus familiares e as entidades do sector da Saúde, nomeadamente Posto Médico Local, Centro de Saúde de Estremoz, RNCCI ou outras Clínicas de Especialidades Variadas;

- Organização de Serviços:
- Fixação de Horários – Determinação de horários de atendimentos fixos, nomeadamente:
- Serviço de Lavandaria – De Segunda a Sexta-Feira (das 9h às 17:30h) – Receção/lavagem e entrega de roupa; Sábados e Domingos – Serviços mínimos, restritos ao tratamento de roupa interna;
- Atendimentos Sociais - Terças e Quintas-feiras (das 14:30 às 16:00h) – Atendimento e inscrições das respostas sociais;
Segunda-feira (das 10:30h às 12:30) e Quarta-feira (das 14:30 às 16:00h) atendimento geral à comunidade, familiares e utentes;
Sendo que o horário de atendimento, sofreu um ajuste, uma vez que a Assistente Social de encontra de licença de amamentação. Os atendimentos estão ainda sujeitos a marcação prévia e mediante disponibilidade dos serviços;
- Serviços Administrativos – Todos os dias da semana, das 9:00h às 17:30h;



Handwritten signatures and initials in blue ink, including names like 'Cynthia', 'Domeniz', 'João', 'R', and 'C. V.'.

Especificidades das Atividades de Animação Sociocultural

Este relatório é realizado tendo em vista a avaliação das atividades de Animação Sociocultural, durante o ano de 2019, sendo que com este instrumento de trabalho pretende-se acompanhar, avaliar e aferir o desempenho desta instituição, na procura de crescente eficiência e eficácia nos serviços. São também fornecidos indicadores que permitem avaliar a participação dos utentes, durante esse período, nas diversas atividades de animação, bem como a caracterização dos recursos humanos, materiais e físicos que deram suporte às atividades Socioculturais. As atividades de animação decorreram ao longo de todo o ano, tendo sido realizadas devidamente de acordo com o Plano de Atividades. Desenvolveram-se, ainda, outras atividades que foram aprovadas pela Direção.

A Animação sociocultural é uma área de intervenção que tem como objetivo o desenvolvimento do ser humano, através de um carácter educativo ao nível social, cultural e desportivo. Apresenta-se com uma enorme importância na vida do utente, sendo um fator decisivo para a sua qualidade de vida, proporcionando um envelhecimento ativo. Como defende Constança Paul a realização de atividades é "vital na estimulação dos mais velhos para o uso das capacidades e competências cognitivas no caminho da autonomia e da velhice com sucesso".

A avaliação das atividades de carácter contínuo baseia-se em registos, preenchidos após cada atividade com informação sobre número de participantes que beneficiaram e o seu grau de satisfação.

Objetivos da Animação Sociocultural:

O principal objetivo da animação sociocultural é melhorar a qualidade de vida dos idosos institucionalizados tendo em conta e tentando sempre:

- Promover o desenvolvimento Pessoal e Social;



Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço

S. LOURENÇO DE MAMPORCÃO - ESTREMOZ

I. P. S. S. - Diário da República III Série 07 - 03 - 96

Contribuinte N.º 503 386 685

Largo da Padaria

S. Lourenço

7100 ESTREMOZ

- Promover o elo de ligação entre idosos, família e Instituição;
- Identificar o interesse dos utentes por temas, assuntos, necessidades e motivações;
- Aproximar a instituição da comunidade;
- Fomentar a abertura da Instituição às famílias, procurando desenvolver laços afetivos entre a família e utente;
- Manter a independência da pessoa na realização das atividades da vida quotidiana;
- Favorecer um bem-estar físico e psicológico;
- Ir ao encontro das suas raízes e reforçar a sua identidade; Promover a autonomia e a qualidade de vida do idoso;
- Respeitar o idoso quanto à sua individualidade, capacidades, hábitos, interesses e expectativas;
- Promover a participação ativa dos idosos e/ou significativos nas diversas fases de planificação das atividades;
- Promover a participação das famílias nas atividades da vida diária (AVD) e atividades instrumentais da vida diária (AIVD) dos idosos, bem como no quotidiano da Instituição;
- Respeitar as diferenças religiosas, étnicas e culturais, dos utentes.

Handwritten signatures and notes in blue ink, including names like 'José Rui' and 'Cunha'.

Principais Atividades:

Atividades Culturais:

- Visitas a monumentos, teatros, cinema e outros eventos locais;
- Artesanato Local;
- “Histórias que se Cruzam” (Projeto da Autarquia Local);



Atividades Espirituais /Religiosas:

- Comemoração de eventos religiosos (Páscoa, Natal e Mês de Maio);

Atividades Quotidianas:

- Dobragem de guardanapos das refeições;
- Ajudar na hora das refeições (colocar pratos e talheres);
- Descascar favas/ Retalhar azeitonas;
- Bolos

Atividades Sociais/Culturais:

- Comemoração de datas festivas;
- Momentos de entretenimento e convívio;
- Os utentes têm ainda a possibilidades de assistirem a sessões de filmes, sessões de esclarecimento, peças de teatro, bailados e outros espetáculos e /ou eventos.

Atividades Formativas/ Sensibilização e Informação (Atividades de estimulação cognitiva):

- As ações de sensibilização/informação têm como principal objetivo proporcionar um envelhecimento saudável, como são também uma fonte de informação para os utentes sobre as alterações que podem surgir com o envelhecimento, tanto a nível físico, psicológico, social e sobre o modo como devem enfrentá-las. Permitem ainda que os idosos tenham momentos próprios onde as suas dúvidas em matéria de saúde sejam dissipadas. Também se promovem jogos de estimulação cognitiva através dos quais se pretende aumentar a atividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e da acuidade e velocidade e, prevenir o surgimento de doenças degenerativas, nomeadamente através de Ateliers de Memória que compreendem o desenvolvimento de: operações aritméticas simples, jogo das diferenças, jogo do labirinto, jogo de memória, dominó, puzzles.

Atividades de Motricidade Física:

- Contam com o apoio dos Técnicos da Câmara Municipal de Estremoz e têm como objetivo principal assegurar as condições de bem-estar dos utentes, promovendo a sua saúde, tentando combater o sedentarismo e desenvolvendo as suas capacidades físicas e

[Handwritten signatures and notes in blue ink, including names like 'José Luis' and 'C. V. J.']



intelectuais através de tarefas simples de movimentação articular e muscular possibilitando-lhe uma maior qualidade de vida. Os utentes devem sentir-se bem e ter uma sensação agradável no final das atividades, de modo a proporcionar-lhes bem-estar físico e mental.

Atividades de Expressão Plástica:

- Visam proporcionar aos nossos utentes a possibilidade de se exprimirem através das artes plásticas e dos trabalhos manuais. Com este tipo de animação pretende-se que o idoso possa dar largas à sua imaginação e criatividade através das várias formas de expressão, como sejam a pintura, o desenho, etc. As atividades de expressão têm ainda a vantagem de desenvolverem a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora e reciclagem de vários materiais.

Passeios/Visitas:

- Têm como finalidade proporcionar aos idosos momentos de convívio, distração e lazer entre eles, como passear e visitar locais que muitas vezes desconhecem.

Parabéns a você!!!

- Celebra-se a data de nascimento de todos os utentes, no respetivo dia, promovendo um momento de alegria e afeto.

Comemoração de Dias Especiais

- Celebra-se a data de dias especiais, tais como: o dia da mulher, o carnaval, os santos populares, entre outros. Uma vez que se pretende que esta resposta seja promotora de momentos de lazer, convívio e satisfação para todos os utentes.

Recursos Humanos

Utentes de ERPI, Centro de Dia e SAD; Animadora Sociocultural; Diretora Técnica; Administrativa; Auxiliares de Ação Direta; Professores de Ginástica e outros Técnicos da Câmara Municipal de Estremoz e de todos os outros que de uma forma ou de outra contribuíram nas várias atividades realizadas durante o ano.

Handwritten signatures and notes:
W. J. F. Silva
C. Silva
Jose Passy
C. L. S.



Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço

S. LOURENÇO DE MAMPORCÃO - ESTREMOZ

I. P. S. S. - Diário da República III Série 07 - 03 - 96

Contribuinte N.º 503 386 685

Largo da Padaria

S. Lourenço

7100 ESTREMOZ

Recursos Materiais

Material audiovisual e informático; Livros/revistas/ jornais; Material Desportivo e de reabilitação (Bolas, cordas, garrafas de plástico, arcos, etc...); Material de Expressão Plástica: lápis de cores, tubos de cola, lã, entre outros.

Handwritten signatures in blue ink:
Lil
Paulina
Amoriz
Cunha
J. J. J.
A.
C. V. S.



Handwritten signatures and notes in blue ink, including names like 'Cynthia', 'José Pires', and 'C. S. S.'.

Balanço das Atividades de Animação Sociocultural

Durante o ano de 2019 foram realizadas o total de 90 atividades, distribuídas pelas três valências.

N.º de Atividades /2019			
Meses	Centro de Dia	ERPI	SAD
Janeiro	3	3	-
Fevereiro	6	7	-
Março	6	7	2
Abril	4	5	3
Maiο	5	5	1
Junho	4	9	-
Julho	14	15	3
Agosto	10	10	1
Setembro	7	7	2
Outubro	7	7	3
Novembro	6	6	2
Dezembro	7	7	3

Assim sendo, destaca-se que os meses em que se realizaram um maior número de atividades foram os meses de Julho e Agosto.

No que diz respeito à tipologia das atividades, estas distribuem-se pelas seguintes áreas: atividade física/saúde (como caminhadas e pequenos exercícios físicos); atividades do quotidiano; atividades de expressão plástica; atividades com o intuito de celebrar Dias Especiais (como dia do Pai, dia da Mulher, entre outros), atividades de cariz social e cultural e ainda atividades de carácter religioso, uma vez que os utentes são todos de religião católica, sendo uma área de grande interesse.

No gráfico seguinte podemos ver a distribuição das atividades por área.



Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço

S. LOURENÇO DE MAMPORCÃO - ESTREMOZ

I. P. S. S. - Diário da República III Série 07 - 03 - 96

Contribuinte N.º 503 386 685

Largo da Padaria

S. Lourenço

7100 ESTREMOZ



Analisando o gráfico anterior, podemos constatar que a maioria das atividades realizadas foram as atividades Físicas/Saúde, as atividades do quotidiano e atividades culturais procurando assim que os utentes mantenham um melhor estilo e qualidade de vida, que não desanimem e se sintam uteis, procurando incitar a valorização pessoal dos nossos utentes e evitar o seu isolamento.

Por sua vez analisando a taxa de participação dos utentes nas diferentes atividades, podemos verificar (de acordo com a tabela), que os utentes de Centro de Dia são os que apresentam uma maior taxa de participação, seguido dos utentes de ERPI, sendo que foram também as valências de tiveram um maior número de atividades, respetivamente.

Taxa de participação de Atividades/mês (%)			
Meses	Centro de Dia	ERPI	SAD
Janeiro	60,64	29,16	0
Fevereiro	60,42	48,75	0
Março	60,25	55,75	50
Abril	73,91	73,44	76,48
Maio	63,08	70,61	44,44
Junho	66,31	90,17	0
Julho	49,19	30,34	14,09
Agosto	64,35	59,33	100
Setembro	33,33	25,68	10
Outubro	62,69	51,78	39,39
Novembro	51,45	39,58	35
Dezembro	63,16	42,6	49,96
TOTAL	59,07	51,43	34,95



Handwritten signatures and notes in blue ink, including names like 'José Passos' and 'C. Gomes'.

Considerações Finais

Consideramos que o presente Relatório de Avaliação de Atividades é um importante instrumento de arquivo das atividades realizadas e de avaliação. Assim, durante o ano de 2019, a Associação de Amigos da Terceira Idade de S. Lourenço, procurou desenvolver um conjunto de atividades que estimulasse as capacidades cognitivas e mentais dos seus utentes, nomeadamente o pensamento e a memória, bem como a prática de exercício físico.

Para além das atividades desenvolvidas dentro da Instituição, foram ainda realizadas atividades no exterior, em parceria com instituições locais, nomeadamente a Câmara Municipal de Estremoz, como forma de promover a socialização e o contato com outras pessoas e outros lugares. Procurou-se, sobretudo, na altura de Primavera e de Verão, realizar atividades ao ar livre como: caminhadas, visitas aos museus ou passeios a alguns eventos do concelho.

Foram, ainda executadas atividades pontuais que não estavam previstas, consideradas importantes para a melhoria contínua do desempenho da Instituição e bem-estar dos seus utentes. De referir que o número de participações por parte dos utentes foi razoável, tendo demonstrado um bom grau de satisfação. 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.

Destaca-se ainda que 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.

De um modo geral, considera-se que o Plano Anual de Atividades de 2019, foi cumprido em grande parte, tendo sido realizadas a maioria das atividades planeadas.