



---

## PLANO DE ATIVIDADES DE OCUPAÇÃO E DESENVOLVIMENTO PESSOAL

---



2024  
DAR COR E VIDA AO ENVELHECIMENTO

IRMANDADE DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA FÁTIMA-OURÉM



## Introdução

A Santa Casa da Misericórdia de Fátima-Ourém (SCMFO) no âmbito da sua missão “Servir a comunidade através de respostas de qualidade, solidárias e integradas, respeitando necessidades e características individuais, presta, de forma articulada as seguintes respostas sociais: Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, com capacidade para 39 utentes; Serviço de Apoio Domiciliário, com capacidade para 18 utentes; Centro de Convívio, com capacidade para 20 utentes, Centro de Dia, com capacidade para 15 utentes. Preconizando uma gestão organizacional eficaz dos recursos, para melhoria da qualidade da intervenção social, a instituição iniciou a construção de uma nova sede e ERPI.

A Santa Casa da Misericórdia disponibiliza, para além das respostas sociais, um leque de serviços diversificados e complementares para a resolução de diferentes problemáticas que se colocam às pessoas idosas e suas famílias. Assim, tem também em funcionamento: Serviço de Apoio Permanente (Serviço de Teleassistência), Gabinete de Apoio ao Familiar e Doente de Alzheimer (com disponibilização do serviço de localização GPS para doentes), Equipa Movel Multidisciplinar de Intervenção Local e Especializada e de Auto-ajuda e Banco de Empréstimo de Ajudas Técnicas.

Quanto aos recursos humanos, a Misericórdia integra uma vasta equipa de profissionais, com reconhecida capacidade técnica e com formação multidisciplinar, das áreas da psicologia, economia, ciências da educação, reabilitação física, terapia ocupacional e da saúde, sendo que a valorização dos recursos humanos e melhoria do desempenho dos profissionais é feita de forma contínua, promovendo a formação profissional, inicial e de reciclagem, no âmbito dos cuidados geriátricos.

O cumprimento dos requisitos legais, normativos e outros regulamentos aplicáveis à Instituição, é um princípio fundamental da nossa atividade diária, assumindo-se sempre o compromisso de assegurar de forma consistente e sistemática serviços de qualidade à pessoa sénior, com especial destaque para a pessoa com demência e suas famílias. A melhoria contínua da qualidade dos serviços prestados é uma responsabilidade e um compromisso que envolve toda a estrutura organizacional, dos dirigentes aos profissionais, fomentando a comunicação intra e interinstitucional.

O Plano de Atividades para o ano 2024 foi elaborado em função das necessidades e interesses da população.

O Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP) é delineado numa perspetiva multi/interdisciplinar, em colaboração e articulação com os utentes e/ou significativos, técnicos da Organização, outros colaboradores da Organização, voluntários, parceiros ou colaboradores de outros serviços ou entidades externas, sempre que necessário.

Para cada atividade tipo são definidos, os seguintes itens: Objetivo Geral, Objetivos específicos, Atividade, Calendarização, Destinatários, Indicadores e Meta.

Tendo em conta que a organização tem diversas respostas sociais, e com vista a otimizar e potenciar recursos, foi articulado o Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal de cada resposta social, constituindo um Plano único. Este plano é dividido em áreas de atuação: - Atividades Institucionais, recursos Humanos, área social, gestão, formação e atividades culturais.

É da responsabilidade do utente a decisão de participação nas atividades agora propostas.

#### **POPULAÇÃO ALVO**

O plano prevê abranger cerca de 180 utentes distribuídos pelas diversas respostas sociais e serviços, consoante tabela apresentada.

<b>Resposta social</b>	<b>Nº médio</b>
ERPI	39
SAD	27
CENTRO DE CONVÍVIO	15
CENTRO DE DIA	15
TELEASSISTÊNCIA	10
GABINETE DE APOIO AO DOENTE DE ALZHEIMER	10
BANCO DE AJUDAS TÉCNICAS	25
EMMILEA	40

	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Atividades	Calendarização	Destinatários	Indicadores	Meta
<b>Recursos Humanos</b>  Aperfeiçoar a política e os métodos de gestão ao nível dos recursos humanos	Melhorar a coesão e a cooperação dos colaboradores, reconhecendo a importância de momentos de convívio e partilha para a manutenção da identidade Institucional	Realização de convívio dos colaboradores e voluntários	1 encontro anual a desenvolver entre novembro e dezembro	Colaboradores e voluntários	Número de reuniões	1 encontro	
	Realização de atividade na <b>Festa da Amizade</b>	14 de fevereiro	Colaboradores ao serviço	Número de colaboradores e utentes envolvidos	20 colaboradores		
	Celebração do <b>Dia do Voluntário</b>	5 de dezembro	Mesa Administrativa e voluntários	Taxa de participação Número de atividades	Taxa de participação de pelo menos 50% dos voluntários 1 atividade		
	Analizar e otimizar os procedimentos inerentes ao serviço da Instituição procurando	Realizar reuniões de equipa técnica	3 reuniões anuais	Equipa técnica	Número de reuniões	3 reuniões	
	Contribuir para um conhecimento mais alargado das boas práticas em matéria de Segurança e Saúde no Trabalho	Realização de reuniões de equipa com chefes equipa	mensalmente	Equipa técnica e chefe de equipa	Número de reuniões	A concretização de 80%	
	Reuniões de trabalho para reflexão sobre as recomendações da <b>Segurmet</b> mencionadas nos Relatórios de Auditoria elaborados por Setor.	2 reuniões anuais	Colaboradores	Número de reuniões	2 reuniões		

	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Atividades	Calendarização	Destinatários	Indicadores	Meta
<b>ATIVIDADES INSTITUCIONAIS</b>	Angariação de Fundos para a construção da nova sede	Promover eventos para angariação de Fundos	<b>XIXº Aniversário</b>	29 de outubro	Comunidade	Número de atividades realizadas	1 atividade
	Almoço das Comadres		salão do Montelo	11 de fevereiro	Comunidade		
	Melhorar a divulgação interna e externa da vida	Garantir o controlo e respetivo tratamento das reclamações, sugestões e elogios	Gestão das sugestões, reclamações e/ou elogios, todas respondidas no	Todo o ano	Mesa Administrativa	Número de reclamações Número de sugestões	Máximo de 4 reclamações formais e informais por Resposta Social ou Serviço

## Plano de Atividades de Ocupação e Desenvolvimento Pessoal - 2024

<b>Atividades Institucionais</b>  institucional e o envolvimento com a comunidade		prazo de 30 dias			Número de elogios	
	Divulgar atividades e projetos desenvolvidos	Manutenção do site e Facebook da SCMFO	Todo o ano	Comunidade	Número de atividades divulgadas	Mínimo de 6 publicações por mês
	Partilhar ideias, debater temas inerentes ao envelhecimento e demências. Promover e discutir o funcionamento das respostas sociais	Reunião anual de familiares	Anual	Utentes e familiares	Número de presenças	Taxa de participação de pelo menos 80%
	Promover competências psicoeducativas aos cuidadores informais	Sessões de informação sobre as demências / idadismo / humanitude	mensal	Cuidadores informais da comunidade	Número de sessões realizadas	Superior a 11

	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Atividades	Calendarização	Destinatários	Indicadores	Meta
<b>Social</b>  Gerir as admissões da Resposta Social	Gerir as Candidaturas da Resposta Social	Realização de atendimentos aos candidatos à resposta social	Todo o ano	Utentes de todas as Respostas Sociais	Número de fichas atendimento/ inscrição	A concretização de 100% dos atendimentos/da gestão do processo	
		Gestão do processo de candidatura/lista de espera	Todo o ano	Utentes de todas as Respostas Sociais	Número de Candidaturas		
	Gerir o processo Individual do Utente/utente	Gestão do processo de admissão e acolhimento	Todo o ano	Utentes de todas as Respostas Sociais	Número de Admissões	A realizar em 100% das vagas disponíveis	
		Conferência familiar no momento da admissão de todos os utentes e sempre que se justifique	Todo o ano	Mesa Administrativa e voluntários	Número de reuniões de acolhimento	A realizar a 100% dos utentes/ utentes	
		Realização de visitas de acompanhamento técnico no domicílio	Todo o ano	Utentes de todas as Respostas Sociais	Número de visitas realizadas vs. número de visitas necessárias	A concretização de 100% das visitas necessárias	

Plano de Atividades de Ocupação e Desenvolvimento Pessoal - 2024

	<b>Objetivo Geral</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Destinatários</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Meta</b>
<b>Gestão</b>	Gestão e controlo financeiro	Garantir o correto manuseamento dos equipamentos do serviço	Ação de sensibilização sobre a utilização dos equipamentos do serviço	Ao longo do ano	Colaboradores	Número de reuniões em que foi abordada a contenção de custos	2 reuniões
		Sensibilizar a Equipa para o controlo de gastos	Divulgação das contas/resultados da resposta social à equipa de trabalho em reunião e sensibilização para a redução de desperdício			Número de utentes vs. número de comparticipações familiares mensais revistas	
		Rever as comparticipações familiares mensais	Análise do cálculo das comparticipações familiares mensais		Mesa Administrativa e DT	Número de utentes vs. número de comparticipações familiares mensais revistas	100% dos utentes/utentes com mensalidade revista
	Adquirir financiamento externo	Acompanhar e elaborar candidaturas a financiamento externo	Candidatura a projetos		Utentes, famílias, colaboradoras, comunidade	Número de candidaturas realizadas	4 candidaturas

	<b>Objetivo Geral</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Destinatários</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Meta</b>
<b>Formação</b>	Motivar, formar e qualificar os recursos humanos	Planejar e desenvolver a atividade formativa certificada	Elaboração do <b>Plano de Formação 2024</b> e desenvolvimento de pelo menos 3 ações de formação	Todo o ano	Colaboradores	Número de formações realizadas	3 formações A presença 80% dos colaboradores
		Divulgação e integração de colaboradores em ações de formação externas	Integração em ações de formação externas	Todo o ano		Número de presenças dos colaboradores na ação de formação	2 formações A presença 40% dos colaboradores
		Formação com os novos colaboradores sobre temas práticos do cuidado ao idoso	Formação inicial interna	Sempre que necessário		Número de presenças de novos colaboradores	A concretização de 80% dos colaboradores

## Plano de Atividades de Ocupação e Desenvolvimento Pessoal - 2024

	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Atividades	Calendarização	Destinatários	Indicadores	Meta			
Atividades Culturais  Promover Atividades Comemorativas	Comemoração de datas comemorativas, melhorar as relações sociais e o envolvimento afetivo  Proporcionar aos utentes experiências que favoreçam o seu bem-estar emocional e afetivo  Celebrar e assinalar datas festivas  Valorizar as memórias decorrentes da história de vida  Promover o envolvimento continuo das famílias no dia-a-dia dos utentes	Visita à Exposição MASE	2 e 3 de janeiro	Utentes da ERPI E CC	Número de atividades planeadas  A concretização de 70% das atividades planeadas	Utentes  Utentes do CD  Utentes do CC e CD  Utentes, famílias, colaboradoras, comunidade  Utentes  Utentes  Mesa Administrativa e voluntários  Utentes  Utentes  Utentes e familiares  Utentes  Utentes  Utentes				
			4 de janeiro	Utentes do CD						
		Dia de Reis – cantar janeiras aos vizinhos	9 e 10 de janeiro	Utentes do CC e CD						
		Dia do Obrigado – oferta a quem quisermos	11 de janeiro	Utentes, famílias, colaboradoras, comunidade						
		Comemoração do 17º ano de abertura da ERPI – bolo	15 de janeiro	Utentes						
		Dia N. Sra. Candeias- lanche de fritos	2 de fevereiro	Utentes						
		Dia da Amizade – distribuição de postais	14 de fevereiro	Mesa Administrativa e voluntários						
		Carnaval – participação no desfile – ecoponto com “Lixo”	9 e 12 de fevereiro	Utentes						
		Dia da Mulher- debate acerca do significado do dia e direitos das mulheres	08 de março	Utentes						
		Dia do Pai – jantar com pais e filhos   almoço no centro de dia	19 de março	Utentes e familiares						
		Dia Mundial da Atividade Física – sessão de movimento com estagiários/TRF	05 de abril	Utentes						
		25 de Abril – recolha de testemunhos “50 anos”	25 de abril							
		Dia da Bela Cruz – enfeitar cruz	3 de maio							
		Dia da Mãe – oferta de flor às mães	5 de maio							
		Dia Internacional da Família – almoço com famílias no CD	15 de maio							
		Dia Internacional dos Museus   Dia Internacional da Família – ida ao santuário com famílias	18 de maio	Utentes						
		Dia do Abraço – atividade com psicóloga	22 de maio							

**Plano de Atividades de Ocupação e Desenvolvimento Pessoal - 2024**

		<b>Dia dos vizinhos</b> – lanche com vizinhos da instituição	25 de maio	Utentes				
		<b>Festa Santos Populares</b> - sardinhas e marchas	28 de junho.	Utentes				
		<b>Dia Mundial dos Avós</b> – visualização de vídeos enviado pelos netos	26 de julho	Utentes				
		<b>Dia Mundial do Doente de Alzheimer</b> – Jornadas	21 de setembro	Utentes EMMILEA				
		<b>Dia Internacional do idoso</b> – participação CMO	01 de outubro	Utentes				
		<b>Dia do Sorriso   Dia da 3ºIdade</b> – realizar sessões de fotos com sorrisos	04 de outubro 30 de outubro	Utentes				
		<b>Dia do Bolinho</b> – confeção do bolinho	01 de novembro	Utentes				
		<b>Magusto</b> – celebração	12 de novembro	Utentes				
		<b>Festa de Natal</b> – teatro com colaboradores	8 dezembro	Utentes e familiares				
		<b>Quarta-feira de Cinzas</b> - Missa	14 de fevereiro	Utentes				
Desenvolver as relações interpessoais e espirituais	Proporcionar momentos de bem-estar espiritual e religioso	<b>Via Sacra</b>	Sextas-feiras de fevereiro e março	Utentes	Percentagem de atividades planeadas/realizadas  A concretização de 90% das atividades realizadas;			
		<b>Via sacra</b> – Bom samaritano	26 de março	Utentes e familiares				
		<b>Celebração da Eucaristia</b>	Mensalmente	Utentes				
		<b>Comunhão</b> - Assistência da Eucaristia do Santuário e Comunhão	Semanalmente					
		<b>Reza do Terço</b>	Diariamente					
		<b>5ª Feira da Ascensão</b> - Apanha da espiga	10 de maio					
		<b>Festas N. Sra. Ortiga</b> – visita capela e lanche na Fonte Nova	9 de julho					
		<b>Passeio de idosos da CMO</b>	Julho					
		Preparação das ofertas para Páscoa	Março	Utentes	Número de atividades planeadas/realizadas  A concretização de 70% das atividades			
Maximizar o funcionamento cognitivo, social e	Prevenir e retardar as incapacidades de forma a melhorar as condições de vida	Preparação do Bolinho	30 de outubro	Utentes				
		Preparação dos Postais de Natal	Novembro e dezembro	Utentes				

Plano de Atividades de Ocupação e Desenvolvimento Pessoal - 2024

comportamental	dos utentes.	Preparação da Festa de Natal e Decoração	Dezembro	Utentes	realizadas;
		Ida à feira	1 /2 Visitas	Utentes do CD	
		Cuidar da Saúde	1ª terças-feiras de cada mês	Utentes	
		Passeio sénior - Participação no Passeio Sénior organizado pelo Grupo de Envelhecimento da CMO	A definir	Utentes	
		Mexe-te comigo - Exercícios de mobilização individuais e/ou grupo	Semanalmente	Utentes	
		Classes de movimento - Exercícios de mobilização individuais e/ou grupo	Semanalmente	Utentes	
		Comemoração dos <b>Aniversários</b> - Cântico de Parabéns aos aniversariantes, com bolo de aniversário e envio de Postal de Aniversário elaborado pelos utentes de ERPI	Ao longo do ano	Utentes	
		Musicoterapia - Sessões de musicoterapia em grupo (8 utentes)	Semanalmente	Utentes	

**A equipa técnica:**

Diana Silva (Diretora Técnica e Psicóloga)

Sandra Santos (Animadora Cultural)

Susana Pereira (Técnica de Animação)

Joana Jorge (Terapeuta ocupacional)