



**IPG** Politécnico  
da Guarda  
Polytechnic  
of Guarda

# RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Ana Catarina Abreu Marques

outubro | 2017



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto  
Instituto Politécnico da Guarda



RELATÓRIO DE ESTÁGIO  
Licenciatura de Animação Sociocultural

Ana Catarina Abreu Marques  
RELATÓRIO PARA A OBTENÇÃO DO GRAU DE LICENCIATURA EM  
ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

Outubro de 2017

## Ficha de Identificação

**Nome da Aluna:** Ana Catarina Abreu Marques

**Número da Aluna:** 5008367

**Estabelecimento de Ensino:** Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda

**Docente Orientador:** Ana Isabel Ventura Lopes Ferreira

**Entidade Acolhedora:** Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda

**Localidade:** Rua da Misericórdia, nº 219

3750-130 Águeda

**Endereço:** secretaria.geral@scm-agueda.pt

**Telefone:** 234690351

**Supervisor da Entidade:** Rosa Isabel Alves Santos Cardoso

**Grau Académico do Supervisor:** Licenciada em Animação Sociocultural

**Período do Estágio:** 13 de Março de 2017 a 8 de Junho de 2017

**Ano Letivo:** 2016 / 2017

## Agradecimentos

Hoje chega ao fim, uma das etapas do meu percurso académico. Arriscar-me-ia dizer que foi a mais importante, ou uma das mais importantes, até ao momento, da minha vida. Se há coisa que pude aprender e fortalecer durante este período de licenciatura é que apesar de uns se formarem em animação, engenharia, enfermagem, desporto, seja qual for a área, eu acredito que se formam pessoas que ajudarão no processo de desenvolvimento e na dinâmica global da vida das comunidades.

De facto, foram três anos de muita dedicação trabalho e empenho e, por vezes acompanhado com muitas lágrimas e lutas com as quais tive de enfrentar. Mas terminado agora este percurso, chega o momento dos agradecimentos e, sem exceções, pois todos os que fizeram parte desta caminhada deixaram a sua marca, de uma forma ou de outra e contribuíram para que esta meta fosse cumprida com êxito, e a todas essas pessoas quero deixar o meu sincero e profundo agradecimento.

Assim sendo, quero começar por agradecer aos meus fiéis e grandiosos pais, dos quais tenho uma grande admiração e um enorme carinho, pois sem eles nada disto seria possível de realizar, a verdade é que estiveram sempre comigo apesar da distância física, encorajaram-me e deram sempre força e ânimo para que seguisse e lutasse pelos meus sonhos.

Posteriormente quero agradecer ao Instituto Politécnico da Guarda, mais especificamente à Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto, que me recebeu ao longo destes anos e que fará parte das minhas recordações para o resto da vida, aos professores e funcionários que de forma natural e espontânea permitiram que crescesse quer a nível pessoal, quer profissional. Com um especial carinho e apreço à Orientadora e Professora Ana Lopes, que sempre se mostrou disponível para esclarecer qualquer dúvida, pelos comentários, pelo apoio e pela preocupação incansável em garantir que tudo corresse como pretendido e acima de tudo que me sentisse realizada.

Estou também profundamente agradecida, aos docentes que mais me marcaram a nível académico e que já mais será possível esquecer todo o seu carinho e empenho profissional, como é o caso da Professora Ana Lopes, Professora Elisabete Brito, Professora Filipa Teixeira, Professora Simone dos Prazeres, Professora Florbela Antunes,

Professora Fátima Bento e, à Professora Rosário Santana.

Quero agradecer também a todos os elementos de turma que me acompanharam durante os três anos, mas com um especial agradecimento às minhas colegas e amigas Joana Costa, Diana Gomes, Cristina Faustino e Sabrina Gomes.

Por outro lado, um agradecimento especial ao Exmo. Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Águeda e à Dra Carla Gaio, diretora técnica do Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda, por permitirem que a minha Prática Profissional se pudesse realizar nesta instituição, assim como por toda a disponibilidade demonstrada.

Ainda assim, devo um agradecimento à Animadora Sociocultural Dra Rosa Cardoso, coordenadora e supervisora, pelo empenho, disponibilidade e conhecimentos transmitidos, ao longo dos três meses de estágio. Um agradecimento emotivo e especial obrigado a todos os clientes/utentes e a alguns dos colaboradores e voluntários, da respetiva instituição.

Por último, e não menos importante quero agradecer às minhas fieis colegas e amigas estagiárias, futuras Doutoradas Telma, Sandra e Inês, por todo o apoio e suporte emocional que forneceram e por toda a integração na dinâmica institucional.

## Resumo

O presente relatório surge num contexto de reflexão, do trabalho desenvolvido no âmbito do estágio curricular integrado na Licenciatura em Animação Sociocultural da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto, do Instituto Politécnico da Guarda.

Este documento procura apresentar refletidamente, as atividades que foram desenvolvidas ao longo do estágio, com os clientes/utentes da instituição, sendo que a dinamização das mesmas foi sempre ajustada em função do público alvo e de acordo com as técnicas e estratégias socioculturais que a instituição oferece e proporciona.

O estágio curricular, decorreu ao longo de três meses, no Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda, cujos seus principais objetivos passaram por propor, planificar e executar, dinâmicas de estimulação cognitiva e sensorial; promover atividades no âmbito da atividade físico-motora; fomentar exercícios que promovam a manutenção cognitiva, olfativa e sensorial; explorar atividades de expressão plástica, entre outros.

Em suma, estes três meses de experiência profissional, procuram que nós futuros Animadores Socioculturais sejamos capazes de relacionar dialeticamente o valor da formação teórica e o valor da formação prática, ou seja, pretende que tenhamos a capacidade para construirmos os nossos próprios conhecimentos e competências, nos mais variados contextos educativos e profissionais.

**Palavras-chave:** Animador Sociocultural; Animação de Idosos; Envelhecimento Ativo.

## Índice Geral

<b>Ficha de Identificação.....</b>	<b>II</b>
<b>Agradecimentos.....</b>	<b>III</b>
<b>Resumo.....</b>	<b>V</b>
<b>Introdução .....</b>	<b>1</b>
<b>1 – Animação Sociocultural</b>	
1.1.    Conceito de Animação Sociocultural.....	6
1.2.    O perfil do Animador Sociocultural e suas funções .....	7
1.3.    Animação de Idosos.....	9
1.4.    A importância da Animação de Idosos .....	11
1.5.    Conceito de Envelhecimento Ativo .....	13
<b>2 – O Lar Conde de Sucena - contextualização</b>	
2.1.    Lar Conde de Sucena .....	16
2.1.1.    Respostas Sociais do Lar Conde de Sucena.....	19
2.1.1.1.    Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.....	19
2.1.1.2.    Centro de Dia .....	21
2.1.1.3.    Serviço de Apoio Domiciliário .....	21
2.1.2.    Equipa Multidisciplinar .....	22
2.1.3.    Recursos.....	23
2.1.3.1.    Recursos Humanos.....	23
2.1.3.2.    Recursos Materiais.....	24
2.1.4.    Parcerias .....	24
<b>3 – O Estágio Curricular</b>	
3.1.    Estágio Curricular .....	27
3.2.    Objetivos .....	28
3.3.    Metodologias de intervenção .....	30
3.4.    Plano de atividades .....	31
3.5.    Caracterização do público alvo.....	35
3.6.    Monitorização, Avaliação e Revisão das Atividades de Desenvolvimento Pessoal.....	39
3.7.    Atividades realizadas .....	39
3.7.1.    Atividades Cognitivas.....	40
3.7.2.    Atividades Físico-Motoras.....	47
3.7.3.    Atividades Lúdicas.....	49
3.7.4.    Atividades no Exterior .....	56
<b>Reflexão Final.....</b>	<b>61</b>
<b>Bibliografia .....</b>	<b>63</b>
<b>Webgrafia .....</b>	<b>65</b>
<b>Anexos</b>	
Listagem de Anexos	

Anexo I – Organograma das Respostas Sociais da Santa Casa da Misericórdia de Águeda

Anexo II – Recursos Humanos ao Serviço do Lar Conde de Sucena

Anexo III – Plano de Estágio

Anexo IV – Plano de Atividades Semanais

Anexo V – Plano de Atividades Mensais

Anexo VI – Plano de Atividades Anuais

Anexo VII – PowerPoint de Monumentos Nacionais

Anexo VIII – Perguntas do jogo “A caixa de perguntas”

Anexo IX – Folhas de Ponto

Anexo X – Cartas de Autorização para a Publicação das Fotografias e Trabalhos dos Utentes

## Índice de Figuras

<b>Figura 1</b> - Fachada do Lar Conde de Sucena.....	18
<b>Figura 2</b> - Exemplo dos cartões do Bingo.....	41
<b>Figura 3</b> - Jogo Derrubar os garrafões .....	44
<b>Figura 4</b> - Jogo Derrubar os garrafões .....	44
<b>Figura 5</b> - Todo pelas Partes .....	46
<b>Figura 6</b> - Todo pelas Partes .....	47
<b>Figura 7</b> - Caixa Pergunta .....	55
<b>Figura 8</b> - Caixa Pergunta .....	55
<b>Figura 9</b> - Museu etnográfico da Região do Vouga.....	57
<b>Figura 10</b> - Museu etnográfico da Região do Vouga.....	57
<b>Figura 11</b> - Museu de Arte em Águeda.....	59
<b>Figura 12</b> - Jogos do Helder.....	60
<b>Figura 13</b> - Dança Sénior .....	60

## Índice de Gráficos

<b>Gráfico 1-</b> Percentagem de Participação dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD) .....	34
<b>Gráfico 2</b> – Distribuição etária dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD) .....	36
<b>Gráfico 3</b> – Distribuição dos clientes/utentes por género das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD) .....	36
<b>Gráfico 4</b> - Grau de Autonomia dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD) .....	37
<b>Gráfico 5</b> - Condições Socioeconómicas dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD) .....	38

## **Glossário de siglas**

**a.C** - Antes de Cristo

**ASC** - Animação Sociocultural

**CAA** - Centro de Artes de Águeda

**CD** - Centro de Dia

**Dra** - Doutora

**EN1** - Estrada Nacional 1

**ERPI** - Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

**Exmo.** - Excelentíssimo

**IPSS** - Instituição Particular de Solidariedade Social

**IVV** - Instituto da Vinha e do Vinho

**OMS** - Organização Mundial de Saúde

**PADP** - Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal

**SAD** - Serviço de Apoio Domiciliário

**SCMA** - Santa Casa da Misericórdia de Águeda

## Introdução

A concretização do presente documento surge no âmbito do estágio curricular, desenvolvido ao longo do 2º Semestre, do 3º ano do Curso de licenciatura em Animação Sociocultural da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, no ano letivo 2016/2017.

O currículo desta licenciatura está estruturado de modo a promover competências de reflexão e análise crítica, que nos permitam, num futuro próximo, identificar, compreender e adaptarmo-nos às necessidades dos diferentes grupos e instituições. Além disso, fornece-nos também, os instrumentos necessários para que, no âmbito da nossa intervenção pessoal e profissional, consigamos conceber, elaborar e avaliar estratégias de intervenção suportadas em metodologias de ação/participação.

O estágio curricular decorreu no período compreendido entre o dia 13 de Março de 2017 e o dia 8 de Junho de 2017, num total de 400 horas presenciais (35 horas semanais), sendo que cumpri sempre as 7 horas de serviço diário. Deste modo, foi-me atribuído como horário de trabalho das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00.

O estágio constituindo-se num primeiro momento de aprendizagem e preparação para enfrentar os desafios que possam estar associados à profissão de Animador Sociocultural, prepara os estudantes para serem profissionais competentes e responsáveis.

A minha intervenção no contexto de estágio, desenvolveu-se no Lar Conde de Sucena, estando este integrado na Santa Casa da Misericórdia de Águeda. Foi orientado pela Docente Ana Lopes e supervisionado localmente pela Animadora Sociocultural da instituição, Dra Rosa Cardoso.

Relativamente à seleção do local de estágio, comecei por desejar experienciar um público alvo com o qual ainda não me tinha confrontado diretamente, ou seja, os idosos. Além disso, decidi escolher este local uma vez que é uma das instituições mais conceituadas na região de Águeda, quer a nível das suas condições físicas, quer da dinâmica institucional e por ser uma instituição que contribui ativamente para a valorização da Animação enquanto elemento fulcral para um Envelhecimento Ativo, por outro lado optei por este local, uma vez que, esta é uma instituição recente, com várias valências e que oferecia possibilidades de integração profissional.

Posto isto, e após reunir, com a Professora Orientadora Ana Lopes e com a Supervisora da Instituição da Santa Casa da Misericórdia de Águeda, a Animadora Rosa Cardoso, foram definidas as linhas orientadoras do estágio curricular, a desenvolver no Lar Conde Sucena (Plano de Estágio - Anexo III).

Numa primeira fase, o estágio passou por um período de observação/adaptação à instituição e ao conhecimento dos clientes/utentes.

De acordo com as indicações dadas pela animadora da instituição e simultaneamente supervisora do estágio, pude, dentro das temáticas previamente definidas, propor, planificar e executar, com supervisão, dinâmicas de estimulação cognitiva e sensorial; promover atividades no âmbito da atividade físico-motora; fomentar exercícios que promovam a manutenção cognitiva, olfativa e sensorial; explorar atividades de expressão plástica, entre outras.

Este relatório é o reflexo de uma das temáticas com as quais nos preparámos para enfrentar e trabalhar, que é o envelhecimento. O tema, do envelhecimento da população, tem suscitado em mim um particular interesse, desde há alguns anos. Não ponho de parte também o facto de ter receio de ir perdendo as pessoas que sempre me foram mais queridas, os pais, os avós e outros familiares mais próximos. A minha aldeia, Aguada de Baixo que pertence ao concelho de Águeda, da qual nunca estou completamente afastada, também faz parte desta reflexão. Há muitas casas vazias e velhas, há muitos idosos, poucos jovens. Segundo os Censos Populacionais disponibilizados no site do Instituto Nacional de Estatística de 2011, Aguada de Baixo encontrava-se com 1 373 habitantes, sendo que 148 habitantes (10,8%) tinham idades compreendidas entre os 0 - 14 anos; 164 dos habitantes (11,9%) tinham idades compreendidas entre 15 - 24 anos; cerca de 746 habitantes (54,3%) tinham idades compreendidas entre os 25 – 64 anos e por último havia cerca de 315 habitantes (22,9%) com idades iguais ou superiores a 65 anos. Atualmente, a minha escola primária está cada vez com menos crianças. Não há crianças nas ruas, nas varandas e noutros locais menos convencionais, em contrapartida existe um gradual envelhecimento da população residente. E esta é uma realidade, que se vive e se encontra no próprio concelho de Águeda.

Situado na região Centro de Portugal, este concelho possui uma área de 335,27 km<sup>2</sup> repartida por 11 freguesias e 47.729 habitantes. No contexto regional, a sede de

concelho, cidade de Águeda, é a terceira mais populosa da sub-região, com cerca de 14570 residentes em 2011. Em termos sociodemográficos, em 2011, a população residente no concelho era de 47.229 habitantes, o que representa um decréscimo de 2,68% relativamente a 2001 (49.041 habitantes). No mesmo período, a sub-região do Baixo Vouga, na qual o concelho de Águeda se insere, registou um acréscimo populacional de 1,32%, (385.724 habitantes em 2001 e 390.822 habitantes em 2011). No entanto e segundo os Censos Populacionais, disponibilizados no site do Instituto Nacional de Estatística de 2011, a freguesia de Águeda, verificou que a estrutura etária da população, evidenciava o peso das faixas etárias com idade superior a 25 anos, em especial a faixa etária entre os 25 e os 64 anos (cerca de 27mil habitantes), ou seja, registou-se uma ligeira diminuição das faixas etárias mais jovens e o aumento da população com mais de 65 anos, em consonância com a tendência nacional. Deste modo, ao analisar o índice de envelhecimento do concelho verifica-se um aumento na ordem dos 45% durante o mesmo período (registando valores crescentes até, pelo menos, o ano de 2014).

Face a esta realidade e a constante preocupação por este tipo de notícias, contribuiu para que este tema passasse a ser um assunto do meu interesse e cuidado.

Assim sendo, e enquanto futura Animadora Sociocultural, torna-se indispensável a nossa preocupação e criação de um conjunto de medidas e estratégias capazes de promoverem a dignidade da pessoa idosa e o respeito pelos seus direitos. Pois o idoso apesar das suas limitações e incapacidades é um ser humano que também tem direitos, como o direito ao respeito, à sua dignidade, à autonomia, à independência, a poder participar de um modo ativo na vida da comunidade onde se encontra inserido e a não ser discriminado em função da sua idade e das suas limitações (Silva, 2012: 1-2).

Posto isto, considero que é nesta perspetiva que devo trabalhar, ou seja, devo ser capaz de planificar um conjunto de estratégias que pressuponham o convívio dos idosos e o seu envolvimento nas atividades, para que possam sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencializando-se que podem dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, desfazendo a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos (Ventosa, 2009).

Por outro lado, a dinamização destas atividades e dos possíveis projetos a implementar devem ter como objetivo principal o contributo para uma vida mais ativa e

dinâmica, capaz de lhes proporcionar melhores condições de vida, mais autoestima e maior autonomia pessoal, conferindo-lhe assim um envelhecimento saudável (Martins, 2009).

Relativamente à disposição, do presente documento este encontra-se estruturado em três pontos. Sendo que no primeiro é desenvolvido, o conceito de Animação Sociocultural, o perfil do Animador Sociocultural e suas funções, a Animação de Idosos, a importância do Animador Sociocultural na Terceira Idade e por último o conceito de Envelhecimento Ativo. No segundo é abordada a contextualização da entidade acolhedora, ou seja, é apresentada a localização geográfica da instituição e a breve caracterização do Lar Conde de Sucena, seguindo-se com a descrição das suas respetivas respostas sociais, equipa multidisciplinar, recursos (humanos e materiais) e parcerias.

O terceiro, destina-se ao Estágio Curricular, mais concretamente ao enquadramento do estágio, aos objetivos gerais e específicos, à metodologia de intervenção, ao plano de atividades, à caracterização do público-alvo, à monitorização, avaliação e revisão das atividades de desenvolvimento pessoal e às atividades realizadas durante o período de estágio.

Por último, será apresentada a minha reflexão destes três meses de trabalho, desenvolvidos no Lar Conde de Sucena, seguindo-se a bibliografia e os anexos complementares a este documento.

# **1 – Animação Sociocultural**

---

## 1.1. Conceito de Animação Sociocultural

A Animação Sociocultural (ASC) é um processo de intervenção social, cultural e educativa que pretende despertar os indivíduos para participarem e tomarem consciência das mudanças pessoais e estruturais da sociedade. Deste modo, a Animação deve criar ações para que o indivíduo seja o agente do seu próprio desenvolvimento, contribuindo também para a aprendizagem e desenvolvimento individual e coletivo, uma vez que, muitas das ações promovidas visam o trabalho em grupo. Segundo a conceção defendida pela UNESCO (1997), citada por Lopes (2006:2), a Animação Sociocultural consiste num conjunto de práticas sociais que visam estimular a iniciativa e a participação das populações no processo do seu próprio desenvolvimento, e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integradas.

Além disso, alguns autores definem a Animação Sociocultural com base numa perspetiva semelhante, como por exemplo:

- Bernet (2004: 26) entende que o conceito de ASC é um conjunto de ações realizadas por indivíduos, grupos ou instituições numa comunidade e dentro do âmbito de um território concreto, com o objetivo principal de promover nos seus membros uma atitude de participação ativa no processo do seu próprio desenvolvimento quer social quer cultural;
- Ander-Egg (1991) afirma que a ASC interrelaciona os indivíduos e os grupos de todas as idades, num processo contínuo de crescimento. Assim, pretende desenvolver as competências e aptidões do indivíduo no grupo, a fim de participar no seu ambiente social e de o transformar;
- Silva e Moinhos (2010) expõem que a ASC aborda as várias dimensões e desenvolve todos os aspetos do relacionamento, dos quais se podem destacar: a dimensão pessoal, expressa na sua própria autonomia; a dimensão da comunidade e cívica, que passa pela participação em grupo; a dimensão social e política, como a participação na organização e nas estruturas sociais; a dimensão ideológica, como a relação com o meio ambiente; e, por fim, a dimensão transcendente, enquanto experiência que ultrapassa o imediato;

- Ytarte (2007) refere as seguintes características que definem um significado da ASC: desenvolver o contacto com os seus destinatários; estimular a participação ativa no meio em que está inserido; fomentar a expressão criativa e a diversidade cultural dos indivíduos; e favorecer a comunicação e as relações entre as pessoas.

Posto isto, podemos dizer que existem muitas definições para o conceito de ASC, porém, é possível verificar que, ao analisar cada definição, a ASC se torna moldável a cada realidade, sendo uma resposta às necessidades sociais, com o intuito de impulsionar os indivíduos a participar ativamente na comunidade, evidenciando a convivência, a comunicação e a interação entre todos, tendo como objetivo o desenvolvimento sustentável das comunidades, de modo a que, da sua intervenção e da transmissão de ensinamentos, as mesmas sejam capazes de se tornar autónomas, aperfeiçoando a realidade da comunidade, resultando assim numa melhor qualidade de vida. A ASC é também promotora da vida associativa, pois, fomenta a participação direta na vida associativa das pessoas menos integradas.

Deste modo, e de acordo com as características apresentadas, a ASC é uma base importante na comunidade, uma vez que pretende estimular a participação ativa da sociedade, gerando cidadãos ativos, capazes de produzir ações transformadoras a nível individual e coletivo, não se interessando apenas pelo resultado, mas também pelo processo, valorizando assim a identidade dos indivíduos, que estão implicados no processo, ou seja, os sujeitos da ação.

Podemos então concluir que, para que exista Animação Sociocultural é fundamental e, de extrema importância que exista a ajuda e, a intervenção de um agente sociocultural, capaz de trabalhar com e para a comunidade tendo, portanto, como função a participação das pessoas em atividades, de modo a que, com estas atividades, seja possível atingir diversas dimensões, nomeadamente, sociais, culturais, participativas e de desenvolvimento pessoal e educacional. Assim sendo, este agente cultural denomina-se por Animador Sociocultural.

## **1.2. O perfil do Animador Sociocultural e suas funções**

O animador sociocultural tem várias funções como promover, incentivar, encorajar as pessoas, levantar questões, estimular a ação, trazer para fora o potencial

latente dos indivíduos, grupos e comunidades.

Larrázabal (2004) refere que ao animador sociocultural são atribuídas muitas funções, das quais se podem destacar:

- A animação integral da vida comunitária, desde que o processo esteja iniciado ou dando-lhe seguimento;
- Realiza estudos de situação, de atividades ou de programas de transformação;
- Impulsiona e encaminha grupos a ações de reflexão;
- Promove e indica iniciativas que podem modificar a conjuntura social e cultural;
- Programa atividades e compõe planos globais;
- Desenvolve os indivíduos, transmitindo conteúdos e modificando algumas atitudes;
- Elabora a gestão ligada às atividades.

Segundo Costa (2010: 84), o animador sociocultural, desempenha um papel fundamental na animação pois, assume uma enorme responsabilidade, a qual, passa pelas seguintes ações:

- Favorecer o fortalecimento dos vínculos entre os membros do grupo;
- Dinamizar o grupo, não permitindo que a estrutura grupal se deixe abater pelas dificuldades;
- Orientar, permanentemente, para que a ação grupal juvenil seja compreendida por todos os agentes que com eles interagem no curso do processo;
- Manter um clima de empenho e mobilização no seio da estrutura grupal;
- Colaborar na avaliação das ações desenvolvidas pelo grupo, bem como na disseminação e potencialização dos resultados atingidos.

O animador sociocultural pode facilitar, desta forma, o acesso de determinados coletivos, para comparar as informações com as suas atitudes e capacidades, como aconselhar e orientar opções, ou seja, deve mostrar novas formas de dar atenção e de se relacionar com os diferentes públicos, tendo em conta a reformulação de espaços e a inovação das atividades que oferece. Um animador deve trabalhar com diferentes recursos e interceder também em espaços educativos especializados. O desafio está na mobilização dos coletivos para a participação, partindo das práticas educativas desenvolvidas com as

peçoas, na provocação de consciências para a transformação do entorno sociocultural, para um projeto de (des)envolvimento, envolver para desenvolver. Nesta perspetiva, o animador no trabalho deve ser um conhecedor dos recursos comunitários, estar consciente das dinâmicas dos grupos e instituições, um facilitador de informação e do envolvimento das pessoas. A ideia de cultura deve ser concebida como elemento de inclusão social, uma responsabilidade de um conjunto de instituições – museus, autarquias, centros culturais, teatros e associações, que devem ter um papel ativo em projetos de desenvolvimento comunitário no contexto cultural. A autoestima das pessoas pode ser trabalhada a partir da cultura e é imperioso desenvolver um processo de consciencialização, trabalhar atitudes e comportamentos para desenvolver processos sustentáveis de empregabilidade e de realização pessoal a partir da mesma (Nunes, 2008).

### **1.3. Animação de Idosos**

Tal como o animador deve assumir um papel de dinamizador comunitário, de educador, um facilitador de dinâmicas de desenvolvimento no âmbito associativo. A animação deve ser considerada como um processo que se reestrutura e adapta a cada realidade social, cruzando conhecimentos e ações em diferentes domínios tais como o social, o cultural e o educativo e é considerada como uma ferramenta para a promoção da mudança social e o aperfeiçoamento da vida dos cidadãos.

Devido ao crescente envelhecimento da população é urgente programar ações que aproximem a Animação Sociocultural aos idosos já que segundo Jacob (2008, p. 5) o envelhecimento da população é um dos maiores êxitos da humanidade, porém é também um dos maiores desafios, devido às suas consequências sociais, económicas e políticas.

Esta nova realidade requer um olhar inovador sobre o lugar que os idosos ocupam na sociedade contemporânea.

A animação é fundamental pois permite, através de uma intervenção participativa, dialogante e motivadora, uma velhice mais digna, que valorize o idoso, contribuindo para a prevenção de diversas doenças, que dê maior mobilidade ao idoso, dando-lhe uma sensação de bem-estar físico e psicológico.

Além disso, uma das características mais positivas da Animação Sociocultural,

quando utilizada com idosos, prende-se com o facto de possibilitar ao idoso que as suas qualidades interiores se revelem e lhe deem sustentação, equilibrando-o e sobrepondo-se às perdas que no geral o atingem nesta etapa da vida. Neste âmbito a ASC representa, aliás, um conjunto de medidas com vista a facilitar o acesso do idoso a uma vida mais ativa e mais criativa, à melhoria das relações e comunicação com os outros, a uma melhor participação na vida da comunidade de que faz parte e, a manutenção da sua personalidade e autonomia.

Sabe-se que o envelhecer diminui as capacidades de adaptação do ser humano, tornando-o cada vez mais sensível ao meio ambiente que, consoante as restrições implícitas ao funcionamento do idoso, podem converter-se num elemento facilitador ou num obstáculo para a sua vida (Dias, 2016).

Com o declínio progressivo dessas capacidades, principalmente a nível físico e cognitivo, e também devido ao impacto do envelhecimento, o idoso vai alterando os seus hábitos e rotinas diárias, substituindo-as por ocupações e atividades que determinam um menor grau de atividade. Este é o cenário que ocorre nos centros de dia e nos lares. Esta diminuição da atividade, ou mesmo a inatividade, pode acarretar sérias consequências, tais como a redução da capacidade de concentração, coordenação e reação, que por sua vez, levam ao surgimento de processos de auto desvalorização pessoal, diminuição da autoestima, aumento da apatia, desmotivação, solidão, isolamento social e depressão.

Desta forma, os lares devem ser espaços criadores de participação e integração dos idosos e os programas desenvolvidos devem ter em conta o idoso como um ser biopsicossocial. Nesta faixa etária a animação sociocultural emerge da urgência de se planearem atividades para os idosos, originando uma procura cada vez maior de profissionais ligados a esta área que estejam preparados para enfrentar os desafios da população idosa.

É possível afirmar que, o envelhecimento e a velhice são inerentes à vida humana e não podemos fugir disso. No entanto, as sociedades não conseguem, muitas vezes, aceitar a vida como um ciclo vital e tentam a evitá-lo a todo o custo pois vivemos numa “sociedade fortemente hedonista que cultiva a imagem e a vivência de um corpo saudável e belo a qualquer preço” (Carvalho, 2002; 7). Cada pessoa deve respeitar a idade que tem e viver ativamente consoante essa mesma idade e, acima de tudo, aceitá-la. Atualmente,

a velhice tornou-se numa questão social a que tem de se dar diferentes respostas o mais depressa possível, tentando manter os idosos ativos e ocupados. Nas últimas décadas têm sido feitos muitos estudos e investigações com base nas questões do envelhecimento, essencialmente a nível físico e mental. A nível social, os estudos realizados têm em vista a preocupação com o aumento da população envelhecida e as questões sociais a que tentam dar resposta, como as reformas, o isolamento ou as atividades diárias de cada um.

Socialmente, ser idoso é entrar na idade da reforma, mas algumas pessoas ainda podem contribuir, e muito, para a sociedade e para o seu desenvolvimento individual, não se justificando a sua exclusão.

Em suma, a animação sociocultural nos idosos tem de ir para além da dimensão ocupacional, relacionada com atividades manuais ou de bricolage para anular a monotonia. Tem de ter objetivos precisos, tem de dar significado e sentido à vida do indivíduo, principalmente nos lares e centros de dia criando um clima, um dinamismo no seio do estabelecimento, visando assim, o aumento e melhoramento da qualidade de vida das pessoas idosas, facilitando a sua adaptação a uma vida comunitária imposta (Jacob, 2008).

#### **1.4. A importância da Animação de Idosos**

O envelhecimento da população tende, com o progresso material e a evolução do conhecimento médico, a aumentar e, conseqüentemente, cresce a necessidade de se programarem ações relacionadas com a animação sociocultural para a terceira idade. O envelhecimento da sociedade portuguesa é comprovado, quer pelo considerável aumento de lares públicos e privados para idosos que se verificou na última década.

A animação sociocultural na terceira idade funda-se, portanto, nos princípios de uma gerontologia educativa, promotora de situações otimistas e operativas, com vista a auxiliar as pessoas idosas a programar a evolução natural do seu envelhecimento, a promover-lhes novos interesses e novas atividades, que conduzam à manutenção da sua vitalidade física e mental, de perspetivar a animação do seu tempo, que é, predominantemente, livre (Lopes, 2008).

É o incremento deste tempo demasiado livre que, no contexto da animação, deve servir para uma valorização pessoal, tendo como aspiração central a autoestima e a participação comprometida com um bem-estar individual e coletivo.

Assistimos, na atualidade, a uma certa tendência, na sociedade portuguesa, para negar ao idoso a vivência de uma terceira idade dentro de um quadro harmonioso, afetuoso e com sentido. Atualmente a terceira idade aparece designada como os velhos, nomeação muito pejorativa que, vulgarmente, se associa àquilo que é antigo, retrógrado, ultrapassado (Ventosa, 2009).

Face a esta realidade, surge a necessidade de aproximar a animação sociocultural dos idosos, mas para que exista esta relação é fundamental e, de extrema importância que haja a ajuda e, a intervenção de um agente sociocultural, assim sendo, este agente denomina-se por Animador Sociocultural.

Por conseguinte, o animador atua como um catalisador, um mediador, um provocador, um gestor, um companheiro e um agente de ligação entre um objetivo e um grupo alvo.

O animador sociocultural tem uma grande diversidade de funções, de tarefas e de conhecimentos. Na teoria, todos estes conhecimentos e funções devem fazer parte do profissional de animação, mas a sua intervenção depende, também, dos locais e dos grupos com quem trabalha. Assim, as características deste agente podem passar por ser um educador, um agente social ou um relacionador. Um animador pode ser visto como um educador porque estimula a ação, o que supõe uma mudança de atitudes; pode ser considerado um agente social pois trabalha com um conjunto de pessoas que fazem parte de uma comunidade; por fim, pode ser um mediador, na medida em que cria uma comunicação positiva entre pessoas, grupos e comunidades, e de todos eles com as instituições sociais e com os organismos públicos (Lopes, 2008).

É possível, então, afirmar que um bom animador fundamenta a sua intervenção numa formação sólida, pois é necessário adquirir um conjunto de conhecimentos, desenvolver certos comportamentos e realizar algumas opções metodológicas.

Para concluir, podemos dizer que o animador sociocultural é encarado como um agente social, pois pratica a ASC não com sujeitos isolados, mas com grupos com os quais implementa uma atuação unida, ou seja, aquilo que se espera de um animador na

terceira idade não é trabalhar para os idosos, mas sim trabalhar com os idosos, transformando-os em protagonistas, levando-os à projeção e à partilha das suas vivências, das suas memórias, dos seus saberes e das suas inquietações (Ventosa, 2009).

Um animador deve ter como objetivo central a valorização da memória normalmente povoada de histórias, lendas, canções, jogos, contos. No fundo deve procurar que os idosos assumam uma cidadania plena, isto é, seres que pensam, agem, e que se transformam como construtores de mudança, a isto chamamos envelhecimento ativo (Martins, 2009).

Também não podemos ignorar o caráter terapêutico e paliativo do animador, capaz de criar um programa de intervenção em grupo, onde as pessoas interagem, criam dinâmicas, se mobilizam e vencem estereótipos.

## 1.5. Conceito de Envelhecimento Ativo

Segundo Ribeiro e Paúl um envelhecimento “bem-sucedido”, “satisfatório ou ativo” não depende exclusivamente de fatores como a sorte ou o património genético.

Depende de cada um de nós, das ações e responsabilidades individuais e coletivas.

O conceito de “envelhecimento ativo” que aqui utilizo é definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS), como “o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (OMS, 2012: 13).

Tendo em conta a definição apresentada pela Organização Mundial de Saúde, é objetivo do envelhecimento ativo, contribuir para um aumento da qualidade de vida de todas as pessoas que vivenciam o processo de envelhecimento, mesmo aquelas que se encontram mais vulneráveis, incapacitadas a nível físico e que requerem prestação de cuidados (OMS, 2012 p.13).

Ainda de acordo com a OMS a palavra “ativo” diz respeito à participação contínua nas questões sociais económicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho.

No entanto, o envelhecimento ativo depende de um conjunto de fatores determinantes, que envolvem indivíduos, famílias e nações. A cultura é um dos fatores

determinantes transversal dentro da estrutura para compreender o envelhecimento ativo, pois abrange todas as pessoas e populações, molda a nossa forma de envelhecer, pois influência todos os outros fatores determinantes do envelhecimento ativo, “os valores culturais e as tradições determinam muito como uma sociedade encara as pessoas idosas e o processo de envelhecimento” (Ivo, 2008).

Para tal, é necessário alterar os estereótipos ligados à conceção tradicional dos idosos que são vistos aos olhos da sociedade em geral, como “velhos, pobres e doentes”, e de valorizar a visão do envelhecimento como uma conquista da humanidade que deve ser da melhor forma.

Segundo Constança Paúl, citando Birren, o envelhecimento ativo tem três componentes: “a) o processo de envelhecimento biológico, que resulta da vulnerabilidade crescente e de uma maior probabilidade de morrer; b) um envelhecimento social, relativo aos papéis sociais, apropriado às expectativas da sociedade em relação a este grupo etário; c) o envelhecimento psicológico, definido pela autorregulação do indivíduo no campo de forças, pelo tomar decisões e opções, adaptando-se ao processo de envelhecimento.” (Birren cit por Paúl, 1991).

Mas segundo a União Europeia (2012) “A noção de envelhecimento ativo refere-se à possibilidade de envelhecer com saúde e autonomia, continuando a participar plenamente na sociedade enquanto cidadão ativo. Independentemente da idade, todos podem continuar a desempenhar um papel na sociedade e a usufruir de uma boa qualidade de vida. O desafio consiste em aproveitar da melhor forma o enorme potencial que cada um, conserva até ao fim da vida.”

Em suma, manter o idoso integrado no contexto social, confirma que a idade não é condicionante da capacidade de manter um papel ativo na sociedade e permite elevar a importância dos saberes e experiência de vida dos mesmos.

É necessário que os preconceitos e estigmas ligados à idade sejam superados. Uma intervenção em animação para idosos deve valorizar a pessoa e consequentemente valorizar a sua história de vida, as suas experiências, os seus saberes e sobretudo a sua memória, só assim potenciaremos o Envelhecimento Ativo.

## **2 – O Lar Conde de Sucena - contextualização**

---

## 2.1. Lar Conde de Sucena

Neste segundo ponto, vou contextualizar a instituição de estágio e explicar a sua missão perante a sociedade na qual está inserida.

Atualmente, a sociedade vive a um ritmo acelerado, o gradual envelhecimento demográfico, decorrente do desenvolvimento socioeconómico, assim como da evolução da ciência e da tecnologia, torna-se um fenómeno marcante na sociedade moderna. Sendo este processo um fenómeno biológico, psicológico e social, o aumento da longevidade, nem sempre corresponde a um nível de bem-estar ou a um grau de autonomia, que possibilite aos mais velhos uma vida de acordo com as suas necessidades e expetativas.

Face a esta realidade a instituição Lar Conde de Sucena, sentiu a necessidade de criar um Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal, que visa a organização, estrutura e planificação de um conjunto de atividades ocupacionais e de desenvolvimento pessoal, para os clientes/utentes das Respostas Sociais da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), de Centro de Dia (CD) e Serviço de Apoio Domiciliário, tendo em atenção os seguintes princípios:

- Promover a autonomia e a qualidade de vida;
- Desenvolver ambientes favoráveis à autonomia e independência dos clientes/utentes;
- Fomentar a ativação e estimulação dos clientes/utentes;
- Respeitar as diferenças religiosas, étnicas e culturais, entre outras, do cliente/utente;
- Respeitar o cliente/utente quanto à sua individualidade, capacidades, potencialidades, hábitos, interesses e expetativas;
- Promover a participação ativa dos clientes/utentes nas diversas fases de planificação das atividades;
- Fomentar a comunicação, convivência e ocupação do tempo livre dos clientes/utentes;
- Adequar os cuidados de saúde às necessidades próprias do idoso.

Esta instituição, Lar Conde de Sucena, localiza-se na Rua da Misericórdia, n.º 219, no meio urbano da cidade de Águeda, junto à Estrada Nacional 1 (EN1). Na área circundante encontra-se o Hospital Distrital de Águeda, a Casa da Criança e a Sede Social

da Santa Casa da Misericórdia.

Em 1976, o Hospital foi oficializado, separando-se da Santa Casa da Misericórdia de Águeda (SCMA), embora o edifício e as estruturas continuassem e continuem a pertencer a esta instituição, a 4 de Maio de 1987, passou a designar-se por Hospital Distrital de Águeda. Esta separação do Hospital e da Santa Casa, determinou a necessidade de ser criado um Lar onde fossem acolhidos os “pobres e velhos sem outro socorro”. A Mesa Administrativa da SCMA, que no tempo liderava os destinos da instituição e da qual era Provedor Alfredo dos Anjos Ferreira, mandou fazer o respetivo projeto, que, depois de submetido à aprovação da Direção-Geral da Assistência Social, foi aprovado tendo em vista a construção de um Lar para pessoas idosas, com 45 camas, a instituir em terrenos junto ao edifício do Hospital. Este Lar foi inaugurado a 07 de Julho de 1980 e a sua lotação foi alterada, sucessivamente, para 60, 90 e 105 camas, lotação esta que ainda hoje se mantém. Detém o nome de Lar Conde de Sucena, em homenagem ao grande Benemérito José Rodrigues de Sucena (1º Conde de Sucena). Mais tarde, a 05 de Julho de 1997, inaugurou-se, solenemente a Casa da Criança e, a 28 de Fevereiro de 2005, iniciou-se a atividade da Casa de Repouso Dr. António Breda, ou seja, atualmente a SCMA é constituída por dois pólos (Anexo I), sendo que um está sediado em Barrô (Casa de Repouso) e o outro em Águeda (Casa da Criança e Lar Conde de Sucena).

Neste momento, a Santa Casa da Misericórdia de Águeda pauta-se pelo respeito dos valores fundamentais do Homem na sua Autonomia, Dignidade, Igualdade, Intimidade, Privacidade, Respeito, Dedicção e Atenção pelo cliente/utente, cuja sua missão, passa por prestar serviços de elevada qualidade e com ótima relação custo/benefício, focalizando a sua atuação nas necessidades dos clientes/utentes, baseados no rigor e profissionalismo, a quem presta serviço.

O Lar Conde de Sucena, inaugurado a 07 de Julho de 1980, é um equipamento social, que se destina a acolher pessoas idosas, de ambos os sexos, desinseridas do meio social e familiar. Este procura apoiar, acompanhar e estimular as atividades de vida diária da pessoa idosa, bem como, proporcionar um conjunto variado de atividades de forma a satisfazer as necessidades e gostos pessoais dos seus clientes.

Ao longo dos anos, o Lar Conde de Sucena foi sofrendo alterações na sua estrutura, dispondo presentemente, de um quadro de pessoal alargado e de uma equipa

multidisciplinar variada, que satisfaz diariamente as necessidades dos clientes/utentes das Respostas Sociais da Estrutura Residencial para Idosos - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

Atualmente, as respostas sociais prestam apoio na Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, cuja capacidade atual, em Lar é de 100 pessoas, no Centro de Dia 25 pessoas e no Serviço de Apoio Domiciliário 40 pessoas.

A Santa Casa da Misericórdia de Águeda, no Lar Conde de Sucena presta um serviço personalizado de qualidade, em todas as repostas sociais procurando promover as capacidades de cada pessoa, tendo em conta as suas necessidades. Este serviço só é possível, não só pela satisfação das necessidades básicas, mas também por todos os serviços que a Santa Casa disponibiliza para a melhoria da qualidade de vida, daqueles que serve.

O Lar (figura 1) é um espaço privilegiado onde se promove a participação da comunidade nas suas atividades, procurando o envolvimento de todos, de forma a tornar momentos de lazer, convívio, numa perspetiva de partilha e envolvimento no bem-fazer ao nosso semelhante.



**Figura 1** - Fachada do Lar Conde de Sucena

**Fonte** – Instituição

## **2.1.1. Respostas Sociais do Lar Conde de Sucena**

### **2.1.1.1. Estrutura Residencial para Pessoas Idosas**

Segundo o Ministério da Solidariedade e da Segurança Social (Diário da República, 1<sup>a</sup>. Série - N<sup>o</sup>. 58 - 21 de março de 2012), a Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) pode ser definida como um estabelecimento para alojamento coletivo, em que sejam desenvolvidas atividades de apoio social e prestados cuidados de enfermagem, de utilização temporária ou permanente.

A população alvo deste estabelecimento são pessoas idosas e pessoas em situação de dependência desinseridas do seu meio familiar e/ou social, sendo que devem expressar livremente, sempre que possível, a sua vontade em serem admitidas.

A ERPI destina-se à habitação de pessoas com 65 ou mais anos que, por razões familiares, dependência, isolamento, solidão ou segurança, não podem permanecer na sua residência. Esta Estrutura Residencial pode, também, destinar-se a pessoas adultas com idade inferior a 65 anos, em situações de exceção devidamente justificadas. Para além disto, destina-se ainda a proporcionar alojamento em situações pontuais, decorrentes da ausência, impedimento ou necessidade de descanso do cuidador.

Relativamente à Estrutura Residencial do Lar Conde de Sucena, esta tem como principais objetivos apoiar, acompanhar e estimular as atividades de vida diária da pessoa idosa, bem como proporcionar um conjunto variado de atividades de forma a satisfazer as necessidades e gostos pessoais dos seus clientes, assegurando os seguintes serviços:

- Alojamento;
- Refeições diárias de acordo com as respetivas dietas;
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Serviço de Lavandaria;
- Cabeleireiro e barbearia;
- Transporte;
- Serviço Religioso;

Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda

Missa: Sábados às 17h;

Terço: Diariamente às 14h.

- Biblioteca;
- Atividade Físico Motora (3.<sup>a</sup> e 5.<sup>a</sup> às 11h);
- Animação / Ocupação;
- Serviços de Saúde:

O Lar Conde de Sucena dispõe de serviços de enfermagem permanente e de serviços médicos às 2<sup>a</sup> das 14h às 16h, 4<sup>a</sup> das 11h às 13h e 6<sup>a</sup> das 9h às 11h.

- Gabinete Técnico:

Composto por duas Assistentes Sociais (uma com função de Direção Técnica), uma Animadora Sócio Cultural, uma Psicóloga e dois Gerontólogos.

- Fisioterapia:

Sendo a Fisioterapia o ramo da saúde que estuda, avalia, previne e trata os distúrbios do movimento humano, no trabalho com idosos visa estimular a musculatura, treinar a coordenação motora, equilíbrio, marcha... em suma, restaurar funções motoras que muitas vezes tornam as Atividades de Vida Diária de cada cliente mais acessíveis.

Este trabalho vem sendo desenvolvido desde Janeiro de 2006 e tem como grande objetivo dar qualidade de vida aos idosos do Lar Conde de Sucena.

Desde a inauguração do Ginásio de Fisioterapia, integrado nas obras de remodelação do Lar Conde de Sucena, iniciadas em 2008 e concluídas em 2012, que funciona de 2<sup>a</sup>. a 6<sup>a</sup>., entre as 9h e as 16h.

- Serviço de Avaliação e Acompanhamento Psicológico:

Este serviço pretende valorizar e integrar as experiências que tornam cada pessoa um ser único, diferente e especial. Para tal, baseado numa intervenção de carácter holístico, pretende-se incentivar o equilíbrio cognitivo e emocional do idoso, com vista à promoção da sua autonomia, satisfação/qualidade de vida e bem-estar.

### **2.1.1.2. Centro de Dia**

O Centro de Dia teve início em Setembro de 1991, consistindo na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção das pessoas idosas no seu meio sociofamiliar. Tem por objetivo a prestação de serviços que satisfaçam as necessidades básicas, a prestação de apoio psicossocial e o fomento das relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o isolamento.

O Centro de Dia funciona de 2<sup>a</sup>. à 6<sup>a</sup>. das 9h às 18h, e encerra:

- Feriados obrigatórios;
- Feriado Municipal;
- 24 e 31 de Dezembro;
- Segunda-feira de Páscoa.

### **2.1.1.3. Serviço de Apoio Domiciliário**

O Serviço de Apoio Domiciliário é uma reposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar, temporariamente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou atividades de vida diária.

Os serviços disponíveis pela resposta do Serviço de Apoio Domiciliário, a prestar conforme o contratado, são:

- Alimentação;
- Higiene Pessoal;
- Higiene Habitacional;
- Tratamento de roupas;
- Teleassistência;
- Apoio nas deslocações ao exterior;
- Aquisição de Bens e Serviços;
- Animação/Socialização;

- Realização de atividades ocupacionais/apoio psicossocial.

No que concerne ao horário de referência de funcionamento do Serviço de Apoio Domiciliário este está organizado de segunda a domingo, das 08.30h às 18.30h, e de acordo com as necessidades evidenciadas pela comunidade de clientes/utentes.

Relativamente ao funcionamento contínuo ao longo do ano, encerrará apenas quando a Mesa Administrativa da Santa Casa da Misericórdia assim o deliberar, avisando-se previamente os clientes e seus familiares.

### **2.1.2. Equipa Multidisciplinar**

As Respostas Sociais de Estrutura Residencial para Idosos – Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, procuram apoiar, acompanhar e estimular as atividades de vida diária da pessoa idosa, bem como, proporcionar um conjunto variado de atividades, de forma a satisfazer as necessidades e gostos pessoais dos seus clientes/utentes.

Estas respostas são constituídas por uma alargada equipa multidisciplinar, com diferentes especializações funcionais, que trabalham em conjunto, visando a satisfação diária das necessidades dos seus clientes/utentes.

Desta forma, a elaboração do Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (PADP), com duração para o ano 2017 é realizada em conjunto, pela equipa multidisciplinar, constituída por:

- Diretora Técnica;
- Assistente Social;
- Animadora Sociocultural;
- Enfermeira – Chefe;
- Fisioterapeuta;
- Encarregada de Serviços Gerais - Gerontóloga;
- Médico Clínica Geral;
- Psicóloga;
- Clientes/Utentes;
- Outros significativos e generalizados (amigos, familiares e voluntários).

## 2.1.3. Recursos

### 2.1.3.1. Recursos Humanos

Um dos principais pilares para o bom funcionamento de uma instituição é a competência dos seus colaboradores, remunerados e não remunerados (voluntários).

Alicerçado a esta competência, é fulcral que estejam presentes a dedicação, motivação e espírito de entrega.

Neste sentido, a SCMA sustém a sua intervenção com uma equipa constituída por pessoal técnico e não técnico, de suporte a todas as respostas sociais, constituída por pessoas, ou seja, ao longo dos anos, o Lar Conde de Sucena foi sofrendo alterações na sua estrutura, sendo que atualmente dispõe, de um quadro de pessoal alargado e de um corpo técnico (Anexo II), constituído por:

- Diretora Técnica;
- Assistente Social;
- Animadora Sociocultural;
- Enfermeira – Chefe;
- Fisioterapeuta;
- Encarregada de Serviços Gerais - Gerontóloga;
- Médico Clínica Geral;
- Psicóloga;
- Encarregadas de Serviços Gerais;
- Ajudantes de Lar e Centro de Dia;
- Ajudantes Familiares Domiciliárias;
- Operadoras de Lavandaria;
- Costureira;
- Porteiros;
- Cozinheiras;
- Ajudantes de Cozinha;
- Motoristas;
- Canalizador/Picheleiro.

### 2.1.3.2. Recursos Materiais

A instituição Lar Conde de Sucena é constituída por uma diversidade de espaços quer internos, quer externos, amplos, de bom arejamento e luminosidade. O edifício está assim dividido em dois pisos, o rés do chão e o primeiro andar, conseqüentemente este está organizado em quatro setores sendo que cada um deles tem um armazém.

Relativamente **ao rés do chão**, funcionam:

- a. **Área social** (duas salas polivalentes com wc's de apoio; duas salas de estar com apoio aos setores; um refeitório);
- b. **Serviços** (quatro gabinetes técnicos; uma sala de reuniões; um gabinete/ginásio de fisioterapia; um gabinete médico; um gabinete de enfermagem; uma sala de pessoal com vestiário e wc's; uma copa; uma cozinha e uma lavandaria, que dão apoio à Casa da Criança e ao Lar; um salão de cabeleireiro; um elevador e uma capela);
- c. **Área privada** (dois setores compostos por: quartos individuais com wc's privativos; quartos de casal com wc's privativos).

Comparativamente o **primeiro andar** é constituído por:

- a. **Área social** (uma biblioteca; duas salas de estar com apoio aos setores);
- b. **Área privada** (dois setores compostos por: quartos duplos com wc's privativos; quartos de casal com wc's privativos; quartos triplos e quartos com varandas).

Posteriormente, o **exterior** é composto por: um parque de estacionamento; um espaço de relvado; uma horta e um espaço de lazer, com e sem relva, e uma pequena zona de merendas. Todos estes espaços são potencialmente aproveitados para eventos institucionais, sempre que possível, e ainda para caminhadas dos residentes da SCMA.

### 2.1.4. Parcerias

A Santa Casa da Misericórdia de Águeda tem vindo a consolidar um trabalho em rede com várias entidades públicas e privadas. Esta consolidação, em que se pretende o estabelecimento de parcerias efetivas e dinâmicas, visa essencialmente uma intervenção social territorializada e adequada a cada situação problema, acompanhamento e resolução

das mesmas, de modo, a que as respostas às situações problemáticas surjam eficazes, consistentes e globalizantes, tanto ao nível dos serviços, como a nível das ações.

Assim sendo e de modo, a prossecução dos seus fins, esta Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), decidiu estabelecer parcerias e protocolos com entidades diversas, tais como:

- Câmara Municipal de Águeda;
- União da Freguesia de Águeda e Borralha;
- Instituições Particulares de Solidariedade Social do concelho e concelhos vizinhos;
- Hospital Distrital de Águeda;
- Centro Distrital de Solidariedade e Segurança Social;
- Centro de Saúde de Águeda e Extensões de Saúde;
- Grupos de Animação Musical e Grupos de Folclore;
- Agrupamento de Escolas (Marques de Castilho, Adolfo Portela, Fernando Caldeira);
- Etc.

## **3 – O Estágio Curricular**

---

### 3.1. Estágio Curricular

Este terceiro e último ponto faz referência ao trabalho desenvolvido ao longo dos três meses de estágio, ou seja, neste será possível verificar e analisar as atividades desenvolvidas de acordo com os conhecimentos teóricos e práticos que foram adquiridos no decorrer dos três anos do curso de Animação Sociocultural.

Uma vez que, um dos principais pilares para o bom funcionamento de uma instituição é a competência dos seus colaboradores, remunerados e não remunerados (voluntários), é fundamental que a qualidade de vida das pessoas idosas que habitam em estruturas residenciais, seja tida em conta, pois o êxito dessa intervenção, depende da conceção e concretização de boas práticas, que levarão à efectivação dos direitos humanos da pessoa idosa.

Alicerçado a esta competência, é fulcral que estejam presentes a dedicação, motivação e espírito de entreajuda, e foi nesta perspetiva que enquanto estagiária e defensora de um bom método de trabalho e de auxílio aos próprios clientes/utentes, permiti que houvesse flexibilidade no meu horário de modo a simplificar o trabalho dos restantes colaboradores e dos próprios utentes da instituição, além disso tomei por iniciativa fazer algum tempo extra, evitando sempre deixar o meu serviço a meio.

No que diz respeito à minha intervenção, em função do plano de estágio (Anexo III), esta dividiu-se em duas etapas: primeira fase, o meu estágio passou por um período de observação/adaptação à instituição e ao conhecimento dos clientes/utentes, pois foi através desse primeiro contato e convívio diário que fui recolhendo informações sobre todos os elementos que posteriormente, me foram úteis para o desenvolvimento do meu plano de atividades e da própria abordagem aos utentes, sendo que cada um tem a sua personalidade própria e que acaba por ser desafiadora.

Já numa segunda fase, tive a oportunidade de desenvolver atividades dentro das temáticas previamente definidas, ou seja, pude realizar alguns planos de atividades consequentemente desenvolvidos por mim, bem como participar e orientar algumas das atividades que já faziam parte dos planos de atividades da instituição.

Para concluir, e relativamente à integração na dinâmica institucional, esta sucedeu-se de forma natural e espontânea graças à vontade e disponibilidade dos idosos

e à prestabilidade e boa-disposição de algumas colaboradoras. Durante este período, foi possível integrar nas atividades desenvolvidas com os utentes da valência ERPI e CD, bem como na supervisão e acompanhamento de utentes durante as refeições. Além disso, pude ainda perceber e observar o tipo de cuidados e requisitos a ter em conta sempre que dinamizamos atividades no exterior.

No fundo, aqui foi possível estabelecer uma analogia entre o que se aprende na teoria e a prática devido ao profissionalismo e competências desenvolvidas. Além disso, tive ainda o privilégio de casualmente ter feito parte de uma equipa de visitas de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), onde me foi permitido acompanhar a Psicóloga da instituição, Dr.<sup>a</sup> Guiomar Tenreiro, numa das visitas de SAD, quando foi a entrega dos folares aos clientes/utentes da instituição, na altura da Páscoa.

Por fim, pude constatar e confirmar que no decorrer da licenciatura de Animação Sociocultural fomos adquirindo ensinamentos teórico-práticos, ajustados de forma a trabalhar com as várias faixas etárias, mas quando nos deparamos com a realidade, alguns desses ensinamentos têm de ser devidamente moldados e ajustados e foi esta a perspetiva com a qual tive a oportunidade de me confrontar, mas que acabou por ser bastante enriquecedor e gratificante, na medida em pude abrir novos horizontes e enfrentar aqueles que seriam os meus receios iniciais.

### 3.2. Objetivos

Qualquer intervenção de um projeto só será válida se seguir os seguintes passos compatíveis com o objetivo da Animação Sociocultural. Neste sentido, a intervenção sociocultural pretende atingir três grandes objetivos:

1. **Melhorar** a qualidade de uma comunidade ou coletivo, através do desenvolvimento do lazer, cultura, comunicação e a expressão pessoal ou coletiva;
2. **Promover** a participação e a organização da comunidade, a fim de fortalecer o tecido social “cimentando” uma sociedade democrática;
3. **Aumentar** e otimizar os recursos existentes no ambiente, com vista ao desenvolvimento da sua população.

Segundo esta perspetiva, qualquer que seja a nossa intervenção como animadores, é fundamental conhecermos o nosso público alvo com quem vamos trabalhar, conhecer as suas necessidades e capacidades para que se possam definir objetivos. Pois é através deles que criamos o caminho a seguir, de modo a que as atividades sejam planificadas da melhor forma, pois todo e qualquer objetivo têm como finalidade atingir uma meta.

A minha principal meta no decorrer destes três meses de estágio passava por alterar os estereótipos ligados à conceção tradicional dos idosos que são vistos aos olhos da sociedade em geral, como “velhos, pobres e doentes”, e de valorizar a visão do envelhecimento como uma conquista da humanidade que deve ser celebrada da melhor forma, ou seja, o meu objetivo primitivo passou sempre por valorizar a sua história de vida, as suas experiências, os seus saberes e sobretudo a sua memória.

Posto isto, este é de facto o grande objetivo dos dias de hoje, promover a autonomia e melhorar a qualidade de vida dos idosos, daí que as Respostas Sociais (ERPI; CD e SAD), do Lar Conde de Sucena tenham em conta os seguintes objetivos primordiais, sendo eles:

- Promover o respeito pelos direitos da população idosa e demais interessados;
- Assegurar a divulgação e o cumprimento das regras de funcionamento do estabelecimento/estrutura prestadora de serviços;
- Promover a participação ativa de todos os Clientes/utentes ou seus representantes legais ao nível da gestão das respostas sociais.

Como objetivos específicos foram deliberados:

- Dar acompanhamento psicossocial;
- Fomentar a participação ativa dos clientes/utentes na Instituição, bem como, na Comunidade envolvente;
- Proporcionar uma vida mais harmoniosa, atrativa e dinâmica dos clientes/utentes na Instituição;
- Valorizar as capacidades, competências, saberes e cultura do cliente/utente, aumentando a sua autoestima e autoconfiança;

- Proporcionar interação, alegria, dinamismo entre os clientes/utentes e respetivos familiares, através da comemoração de datas festivas;
- Apoiar as famílias na resolução de problemas de carácter social e desenvolver com elas uma relação de parceria na promoção da autonomia e valorização pessoal da Pessoa Idosa;
- Criar estratégias que visem o combate ao isolamento social e pessoal;
- Promover a inovação e as novas descobertas;
- Valorizar a formação e aprendizagem ao longo da vida;
- Rentabilizar os serviços e recursos comunitários para melhorar a qualidade de vida do Idoso;
- Dinamizar atividades lúdicas, sociais, culturais e recreativas;
- Apoiar nas deslocações ao exterior.

### **3.3. Metodologias de intervenção**

A instituição Lar Conde de Sucena, ao elaborar o Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal para as Respostas Sociais de Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, teve em consideração alguns aspetos relevantes, tais como, o processo de envelhecimento, a ocupação dos tempos livres, as expectativas, gostos e interesses de cada um, o contexto socioeconómico e habitacional, bem como, a área geográfica de onde os clientes/utentes provém.

Ao nível da Resposta Social de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, verifica-se que nem sempre é fácil para os clientes/utentes, saírem das suas casas, abandonando os laços afetivos e os seus bens pessoais e materiais.

Relativamente ao SAD e sendo o domicílio um lugar privilegiado para o bem estar de cada cliente/utente, o grau de satisfação em relação ao seu ambiente residencial, aumenta, uma vez que estes estão fortemente ligados ao conteúdo da sua casa, lugar onde estão inseridos os seus bens pessoais com grande valor sentimental, levando-os a recordar acontecimentos, pessoas, épocas e locais, que fizeram parte dos seus percursos de vida, visando o sucesso das atividades a elaborar e contribuindo também para a preservação da identidade pessoal e social dos mesmos.

Neste âmbito, surge a necessidade de criar um plano de atividades, como um instrumento, onde estão inseridas um conjunto de estratégias a adotar para os clientes/utentes, de ambas as Respostas Sociais, contribuindo para combater os aspetos acima mencionados, ao nível de diversas áreas de atuação.

Na elaboração do Plano de Desenvolvimento Pessoal (plano de atividades), foi tido em consideração o conceito de envelhecimento ativo, adotado pela Organização Mundial de Saúde, no final dos anos 90, visando o aumento das expetativas dos clientes/utentes de uma vida saudável e, conseqüentemente, de melhor qualidade de vida.

Para concluir, chegou-se à conclusão que a melhor metodologia para se aferir às necessidades, expetativas e interesses dos clientes/utentes continua a ser a participação ativa junto da população, daí que o seu destaque recaia sobre as seguintes ideias/potencialidades/interesses:

- A grande importância que atribuem à atividade física para a melhoria da sua qualidade de vida;
- Sugestão de inovação relativamente aos jogos cognitivos e motores desenvolvidos;
- Mostram uma maior predisposição na conceção e planificação das atividades quotidianas desenvolvidas (ateliers de culinária, tratamento da horta bio saudável, workshops e palestras, etc);
- Expõem vontade de realizar atividades no exterior da instituição e em parceria com outras organizações do concelho (como atividades interinstitucionais, passeios, visitas a museus e ao cinema, entre outras).

Neste sentido, terá que existir um esforço conjunto entre a equipa multidisciplinar, o cliente/utente e as famílias, de forma, a que os beneficiários deste plano percebam os seus potenciais para alcançarem o bem-estar físico, psíquico e social.

### **3.4. Plano de atividades**

Relativamente ao plano de atividades, posso dizer que a instituição onde trabalhei, dispõe de três planos de atividades, sendo que um está subordinado às atividades semanais (Anexo IV), o outro está produzido de acordo com as atividades mensais (Anexo V), e

por último temos o plano de atividades anual (Anexo VI). Sendo que todas as atividades, mencionadas nos planos mensal e anual, possuem os objetivos.

Analogamente, pude constatar que qualquer um destes três planos estão de acordo com os conhecimentos teóricos e práticos, que fui adquirindo ao longo dos três anos da Licenciatura, ou seja, ambos presam a animação como um conjunto de estratégias a adotar, com vista a facilitar o acesso do idoso a uma vida mais ativa e criativa, visando a melhoria das relações intrínsecas e extrínsecas, facilitando a comunicação com os outros, incentivando a uma melhor participação na vida da comunidade, em que o cliente /utente se encontra inserido, desenvolvendo a sua personalidade e autonomia, tendo em conta os gostos, interesses e expectativas de cada um.

Deste modo, sendo a distração/animação uma necessidade fundamental de todos os clientes/utentes, e todos aqueles que se divertem com uma ocupação agradável, cuja finalidade é descontrair física e psicologicamente, estes, visam a satisfação dessa necessidade. Tendo como base o princípio, de que todos os indivíduos têm necessidades, expectativas e interesses, há medida das suas capacidades, os presentes Planos de Atividades de Desenvolvimento Pessoal, reúnem um conjunto de estratégias que vão ao encontro da satisfação dos 165 clientes/utentes (100 Idosos de Lar, 25 Idosos de Centro de Dia e 40 Idosos de Serviço de Apoio Domiciliário), incentivando-os a participar em certas atividades, de forma, a contribuir para o seu desenvolvimento, dando-lhes sentimentos de pertencer a uma sociedade, cuja a evolução podem continuar a contribuir.

Além disso, a planificação de atividades de desenvolvimento pessoal dos clientes/utentes das respostas sociais, pressupõem a ocupação dos mesmos e o seu envolvimento nas atividades, para que estes possam sentir prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencializando-se que podem dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, desfazendo a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos.

O Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal visa uma melhoria na organização e orientação da instituição, dos clientes/utentes, colaboradores e de outras pessoas envolvidas ou não à instituição no que diz respeito à realização das atividades socioculturais.

As atividades, quer semanais, quer anuais apresentadas nestes planos, vão ao

encontro da idade, do grau de dependência/limitações e capacidades dos clientes/utentes das várias respostas sociais e têm como principais objetivos, combater o sedentarismo, motivar para a independência e ainda a satisfação pessoal.

As atividades a serem proporcionadas também visam facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criativa, há melhoria nas relações e na comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade desenvolvendo a sua autonomia pessoal.

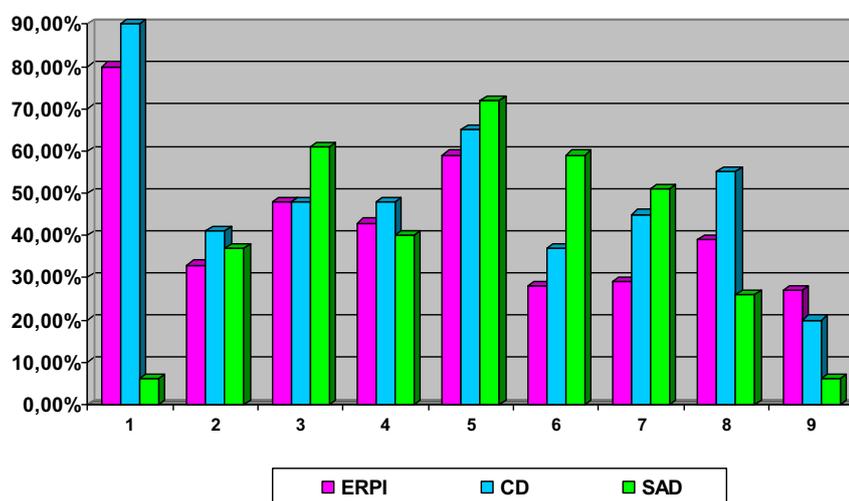
Alguns dos objetivos que se pretende com as atividades são:

- Dinamizar a instituição;
- Promover o contacto entre o idoso/ instituição e a comunidade;
- Rentabilizar os serviços e recursos comunitários para melhorar a qualidade de vida do idoso;
- Desenvolver valores, atitudes e práticas que contribuam para a formação de cidadãos conscientes e ativos na sociedade;
- Valorizar a formação ao longo da vida;
- Promover a autoestima, valorizando-se individual e socialmente;
- Criar um ambiente de comunicação e afeição permitindo o incentivo para a ação;
- Promover o convívio, a confraternização e solidariedade entre os idosos;
- Proporcionar o desenvolvimento psíquico e físico do idoso através da participação nas atividades de psicomotricidade sénior, estimulação das funções cognitivas e competências socio efetivas, entre muitas outras atividades;
- Criar relações afetivas e de confiança através de atividades lúdicas;
- Proporcionar uma vida mais harmoniosa, atrativa e dinâmica com a participação e envolvimento do idoso, de forma a promover a inovação e novas descobertas;
- Incentivar o reconhecimento pelo valor social do trabalho em todas as suas formas e promover o sentido de entre ajuda e cooperação;
- Apostar na ocupação adequada do tempo livre para evitar que o tempo do idoso seja repetitivo e passivo, partindo do interesse de cada idoso vivenciar novas experiências, através da valorização das capacidades, competências,

saberes e cultura do idoso, contribuindo para uma maior autoestima e autoconfiança;

- Desenvolver a criatividade e a imaginação;
- Construir com as suas próprias mãos e valorizar o resultado, tendo em conta as capacidades pessoais.

Assim, após a análise do levantamento das necessidades coletivas e individuais, dos 165 clientes/utentes, das Respostas Sociais Estrutura Residencial para Idosos (ERPI), Centro de Dia (CD) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), no âmbito das Atividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal, podemos verificar no (Gráfico 1) que:



**Gráfico 1-** Percentagem de Participação dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD)

**Fonte** – Instituição

Como principais conclusões podemos destacar:

- 1. Atividades Coletivas** – da ERPI participam 80% dos Clientes/Utentes; do CD participam 90% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 6% dos Clientes/Utentes;
- 2. Atividades Lúdico - Recreativas** – da ERPI participam 33% dos Clientes/Utentes; do CD participam 41% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 37% dos Clientes/Utentes;

**3. Atividades Culturais** – da ERPI participam 48% dos Clientes/Utentes; do CD participam 48% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 61% dos Clientes/Utentes;

**4. Atividades Desportivas** – da ERPI participam 43% dos Clientes/Utentes; do CD participam 48% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 40% dos Clientes/Utentes;

**5. Atividades Espirituais/Religiosas** – da ERPI participam 59% dos Clientes/Utentes; do CD participam 65% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 72% dos Clientes/Utentes;

**6. Atividades Intelectuais/Formativas** – da ERPI participam 28% dos Clientes/Utentes; do CD participam 37% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 59% dos Clientes/Utentes;

**7. Atividades Quotidianas** – da ERPI participam 29% dos Clientes/Utentes; do CD participam 45% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 51% dos Clientes/Utentes;

**8. Atividades Sociais** – da ERPI participam 39% dos Clientes/Utentes; do CD participam 55% dos Clientes/Utentes; do SAD participam 26% dos Clientes/Utentes;

**9. Clientes/utentes que não participam em atividades sócio culturais** – da ERPI não participam 27 % dos Clientes/Utentes; do CD não participam 20% dos Clientes/utentes e do SAD não participam 6% dos Clientes/Utentes;

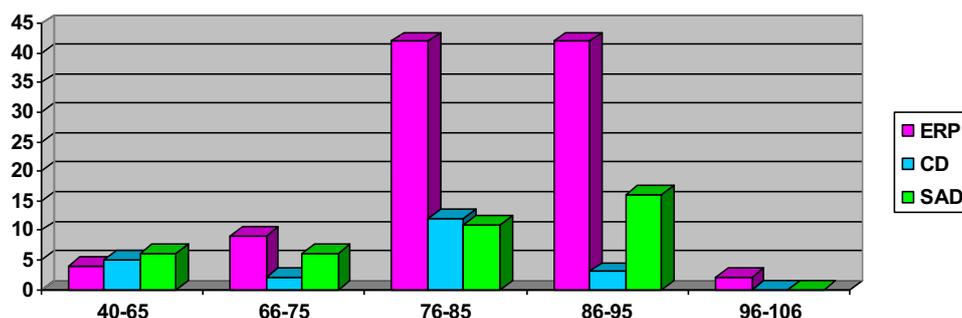
### **3.5. Caracterização do público alvo**

Atualmente, a Resposta Social de Estrutura Residencial para Idosos (ERPI), do Lar Conde de Sucena tem acordo para 96 clientes/utentes, prestando serviços a 100 clientes/utentes, sendo que 70 clientes/utentes são do sexo feminino e 30 clientes/utentes do sexo masculino (Gráfico 2 e Gráfico 3), com a média de idades de 83 anos.

Relativamente à Resposta Social de Centro de Dia, esta tem acordo para 25 clientes/utentes, sendo 5 clientes/utentes do sexo masculino e 17 clientes/utentes do sexo feminino. A idade média dos frequentadores desta resposta social é de 76 anos (Gráfico

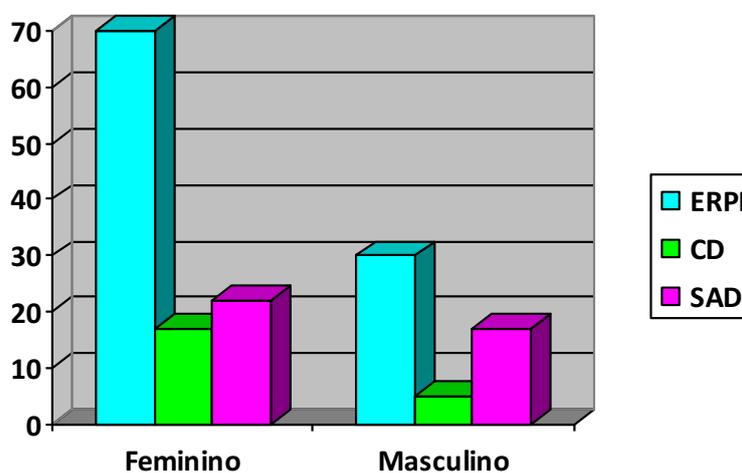
2 e Gráfico 3).

O Serviço de Apoio Domiciliário tem acordo para 40 clientes/utentes, prestando serviço a 38 clientes/utentes, sendo 17 clientes/utentes do sexo masculino e 22 clientes/utentes do sexo feminino, com a média de idades de 79 anos (Gráfico 2 e Gráfico 3).



**Gráfico 2** – Distribuição etária dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD)

Fonte – Instituição



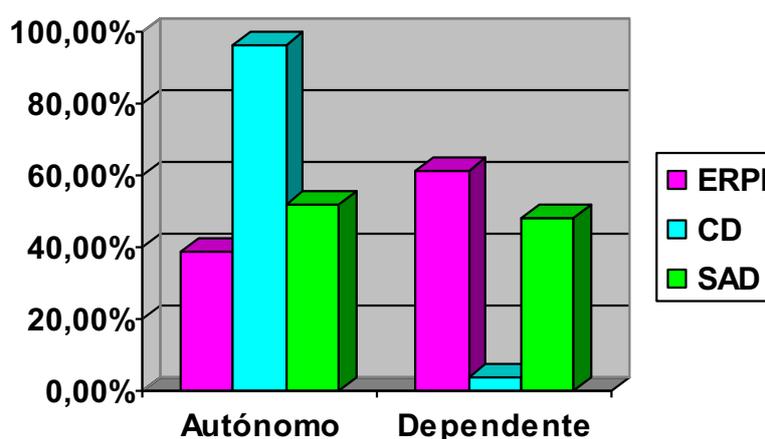
**Gráfico 3** – Distribuição dos clientes/utentes por género das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD)

Fonte – Instituição

A resposta social Estrutura Residencial para Idosos (ERPI) presta diariamente apoio a 100 clientes/utentes, com as mais diversas patologias: 23% Diabetes, 59% Hipertensão Arterial, 16% Sequelas de AVC's, 16% Demências, 6% Parkinson, 6% Alzheimer, 18% Acamados, 2% Esquizofrenia, 50% dificuldade de locomoção e 89% outras patologias. Segundo os critérios do Instituto da Segurança Social para a definição de autonomia, 29 % dos clientes/utentes são autónomos, necessitando de algum apoio ou supervisão na realização de algumas atividades da sua vida diária e 71% dos clientes/utentes dependentes (Gráfico 4), necessitam de apoio para a realização das suas tarefas de vida diária, contribuindo para o bem-estar bio psicossocial dos clientes/utentes.

A resposta social Centro de Dia presta apoio a 25 clientes/utentes de segunda a sexta-feira, com as mais diversas patologias: 8% Diabetes, 44% Hipertensão, 28% Demência, 1% Hiperuricemia, 28% Dislipidemias, 48% outras patologias, Alcoolismo, etc., sendo 4% dos clientes/utentes Dependentes e 96% Autónomos (Gráfico 4).

A Resposta Social Serviço de Apoio Domiciliário presta diariamente apoio a 39 clientes/utentes, com as mais diversas patologias, nomeadamente: fratura do colo do fémur, senilidade, acamados, diabéticos, Alzheimer, AVC, entre outros...40% dos clientes/utentes encontram-se dependentes ao nível da locomoção, 8% tem dependência mental e 52% são autónomos (Gráfico 4), conseguindo ainda realizar algumas atividades da sua vida diária necessitando do apoio apenas para um suporte de vida diária.



**Gráfico 4** - Grau de Autonomia dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD)

Fonte – Instituição

No que concerne aos clientes/utentes da Resposta Social Estrutura Residencial para Idosos (ERPI), verifica-se que 77,08% dos mesmos, possuem condições sócio – económicas abaixo do salário mínimo nacional (505,00€) e 22,92% acima do mesmo.

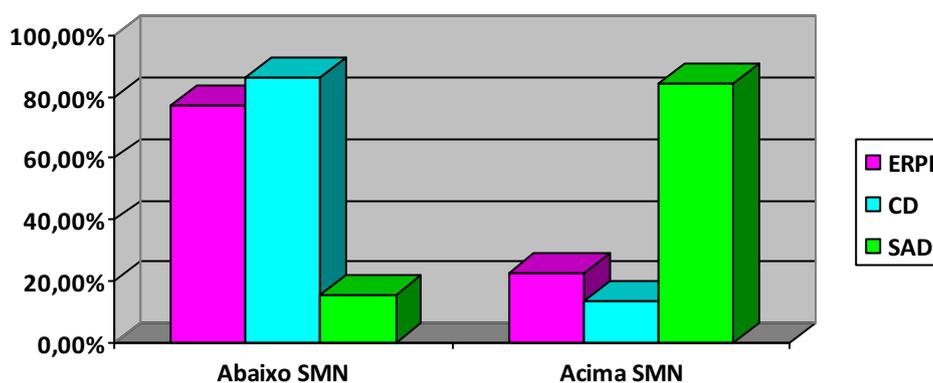
As condições socioeconómicas e habitacionais dos clientes/utentes da Resposta Social de Centro de Dia, a quem é prestado o serviço variam, existindo um maior número de idosos a viverem abaixo do salário mínimo nacional (86,36%) e 13,64% acima do mesmo. Dos 86,36% clientes/utentes que vivem abaixo do salário mínimo nacional, 4 clientes/utentes têm más condições habitacionais.

Assim sendo, podemos concluir que a maioria dos clientes/utentes da Resposta Social Centro de Dia vive em condições habitacionais e económicas mínimas para garantir o seu bem-estar e uma qualidade de vida digna de um ser humano.

No que concerne às condições socioeconómicas e habitacionais, dos clientes/utentes do Serviço de Apoio Domiciliário, verifica-se que existe um maior número de Idosos a viverem em razoáveis condições económicas e habitacionais (84,21%), seguindo-se de 15,79% de Idosos a viverem com baixos rendimentos.

Assim sendo, pode concluir-se que a maioria dos clientes/utentes vivem em condições habitacionais e económicas mínimas para garantir o seu bem-estar e uma qualidade de vida digna de um ser humano.

Por outro lado, as boas condições socioeconómicas não se refletem com as boas condições habitacionais, como se pode verificar nos valores apresentados (Gráfico 5).



**Gráfico 5** - Condições Socioeconómicas dos clientes/utentes das Respostas Sociais (ERPI; CD; SAD)

**Fonte** – Instituição

### **3.6. Monitorização, Avaliação e Revisão das Atividades de Desenvolvimento Pessoal**

Na “terceira idade” a qualidade de vida está condicionada ao fato de conseguirmos viver um envelhecimento bem-sucedido. E para um envelhecimento bem-sucedido é necessário aceitar o nosso envelhecimento e não negar a velhice, assim como cultivar a manutenção da saúde em todos os aspetos da vida humana, quer física, social, psíquica e espiritual e não menos importante é necessário manter a autoestima.

Antes do planeamento das atividades a desenvolver com os clientes/utentes devemos avaliar o idoso de forma holística e a partir daí estabelecer um plano direcionado à sua condição. As atividades devem ser desenvolvidas com base no interesse do idoso, de forma, a proporcionar-lhe alegria e bem-estar.

Após a elaboração do Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal, para os clientes/utentes das Respostas Sociais Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, verifica-se existir uma necessidade de monitorização e avaliação do mesmo, de forma a medir a eficácia do Plano, inicialmente proposto.

Assim, de forma a tornar a equipa multidisciplinar, adotar-se-á as seguintes medidas:

- Monitorização Trimestral do Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal (registo de presenças nas atividades, avaliação do grau de satisfação, etc);
- Avaliação Semestral e Revisão, caso necessário, do Plano de Atividades de Desenvolvimento Pessoal, tendo em consideração todos os intervenientes;
- Avaliação da Satisfação dos Clientes/Utentes, Familiares e Colaboradores.

### **3.7. Atividades realizadas**

Relativamente às atividades desenvolvidas no contexto de estágio, posso dizer que foi bastante rentável, uma vez que tive a oportunidade de participar e desenvolver todas as atividades que já estavam devidamente planificadas e organizadas pela própria

instituição, dando-me assim alguma autonomia, espírito de confiança e responsabilidade.

Por outro lado, foi-me ainda possibilitado planificar e executar algumas das atividades que pude aprender no decorrer da licenciatura, sendo que essas se focaram principalmente, nas seguintes vertentes:

- atividades cognitivas;
- atividades físico-motoras;
- atividades lúdicas;
- atividades no exterior.

### **3.7.1. Atividades Cognitivas**

Devido ao aumento da esperança média de vida e, conseqüentemente o envelhecimento da população, é cada vez mais importante intervir no desenvolvimento cognitivo do idoso. Lerner & Hultsch (1983), citado por Fonseca (2006), afirmam que a ideia de declínio universalizado e irreversível das capacidades cognitivas com a idade, já não é bem aceite e aparece como mais um estereótipo ligado ao envelhecimento. Mas, mesmo entre indivíduos idosos existem muitas diferenças a nível cognitivo. Algumas pessoas mantêm as suas capacidades cognitivas intactas até ao fim da vida, mas outras perdem a sua capacidade cognitiva mesmo antes de se falar de envelhecimento. Segundo Paúl e Fonseca (2001), citado por Fonseca (2006), a diminuição das capacidades cognitivas não se encontra ligada à idade cronológica, mas sim à saúde, ao comportamento, à educação e à posição social dos indivíduos.

Durante o período de estágio, e de acordo com as dificuldades dos clientes/utentes, desenvolvi um conjunto de atividades cognitivas, que passo a descrever.

#### **- O Bingo/Lotto**

##### **Objetivos:**

- Estimular o exercício mental;
- Promover a estimulação cognitiva;
- Recordar os números;

- Fortalecer a capacidade de atenção;
- Melhorar a rapidez mental;
- Promover a socialização entre os jogadores.

**Materiais:** botões; cartões numerados de 1 a 90; 90 bolas numeradas; tabuleiro dos números; copo com as bolas numeradas;

**Descrição:** No jogo do bingo (figura 2) comecei por distribuir um cartão para cada cliente/utente e alguns botões, de modo a que estes pudessem assinalar os números sorteados. De seguida, soletei os números das bolas que saíam à sorte do copo, sendo que estes eram do 1 ao 90. Há medida que os números iam saindo e sendo soletrados, os utentes assinalavam, com um botão, os respetivos números sobre o cartão que lhes foi entregue. O vencedor do jogo era quem conseguisse preencher o cartão em primeiro lugar. No entanto, o jogo só terminava, assim que todos os utentes concluíssem a atividade.

**Resultados obtidos:** O Bingo era um dos jogos que os utentes mais gostavam e aquele que envolvia mais participantes. Esta era sem dúvida aquela atividade em que conseguia reunir o maior número de participantes que se recusava a fazer atividades físico-motoras, ou seja, todos aqueles utentes que por ventura não participavam nas atividades físico-motoras, em contrapartida estavam sempre dispostos a colaborar no Bingo.



**Figura 2** - Exemplo dos cartões do Bingo

**Fonte** – Instituição

## - Os Monumentos Nacionais

### Objetivos:

- Estimular o exercício mental;
- Promover a estimulação cognitiva;
- Recordar e conhecer os monumentos nacionais e internacionais;
- Fortalecer a capacidade de atenção;
- Melhorar a rapidez mental;
- Conhecer a sua realidade e suas experiências;
- Promover a socialização entre os jogadores.

**Materiais:** computador; *PowerPoint*; imagens dos monumentos; tela de projeção; retroprojetor;

**Descrição:** Esta atividade surgiu da necessidade de comemorar o Dia dos Monumentos, nesta perspetiva decidi criar um suporte digital (*PowerPoint*), onde conseguisse passar várias imagens de monumentos nacionais (AnexoVII), de modo, a que os utentes pudessem assim identificar o nome do monumento que estavam a ver na imagem.

Após o identificarem fazia-lhes algumas perguntas, como por exemplo:

- “Alguma vez visitaram este monumento?”
- “Onde fica este monumento?”

**Resultados obtidos:** A atividade em questão, foi muito bem aceite pelos clientes/utentes e de extrema participação, ou seja, todos os utentes presentes colaboraram de forma consciente, ativa e empenhada. Além disso, tiveram ainda a oportunidade de recordar algumas das suas viagens e das suas histórias vividas junto a estes monumentos.

## - Derrubar os garrafões

### Objetivos:

- Relembrar as cores;
- Promover o conhecimento de algumas figuras geométricas;
- Estimular a concentração;
- Fortalecer a capacidade de memorização;
- Estimular e ampliar as capacidades físicas e cognitivas;
- Promover a interação grupal.

**Materiais:** 5 garrafões; bolas de areia/de trapos; saco; figuras geométricas; banco; cadeiras; caderno; lápis;

**Descrição:** Decidi criar uma atividade (figura 3 e 4) onde pudesse recordar as cores (vermelho, amarelo, laranja, verde e azul) e posteriormente algumas figuras geométricas (quadrado, triângulo, círculo, retângulo e uma cruz).

Posto isto numa fase inicial, comecei por organizar e dispor o material necessário pela respetiva sala, ou seja, comecei por organizar os garrafões no topo da sala e as cadeiras sobre as laterais.

Dando continuidade à atividade, comecei por questionar os utentes sobre quais eram as 5 cores predominantes nos garrafões. De seguida perguntei-lhes se conheciam as 5 figuras geométricas coladas nos garrafões.

Nesta sequência, comecei por escolher um elemento de forma aleatória, para se dirigir ao centro, e retirar de dentro de um saco uma das 5 figuras geométricas, em função da escolha tirada à sorte, tinha que identificar a cor, a figura geométrica e posteriormente deveria derrubar o garrafão que correspondesse à figura, e assim sucessivamente até que todos os elementos experimentassem o exercício, ganhava quem conseguisse desmoronar o maior número de garrafões.

**Variante:** Uma das outras possibilidades face a esta atividade seria retirar mais do que uma figura geométrica do saco e poder assim tombar dois ou três garrafões; além disso podia inverter a ordem dos garrafões várias vezes.

**Resultados obtidos:** Este tipo de exercícios, são sem dúvida as atividades que envolvem o maior número de clientes/utentes. E esta em especial motivou-os bastante na medida em que era uma novidade e que lhes permitia explorar diferentes recursos, como as cores, as figuras geométricas e a sua própria destreza e habilidade física para tombarem os garrafões.



**Figura 3 - Jogo Derrubar os garrafões**

**Fonte – Instituição**



**Figura 4 - Jogo Derrubar os garrafões**

**Fonte – Instituição**

### - Quem sabe, sabe!

#### Objetivos:

- Estimular a memória;
- Estimular a compreensão verbal;
- Promover a abstração lógica;
- Estimular a concentração e atenção;
- Potenciar as redes de interação social;
- Valorizar a cultura popular.

**Materiais:** 1 cubo com faces de cores diferentes; 15 cartões de provérbios; 15 cartões de adivinhas; 15 cartões de curiosidades e charadas; 15 cartões de músicas tradicionais portuguesas; 15 cartões de geografia de Portugal; 15 cartões de curiosidades regionais;

**Descrição:** Para a realização desta atividade, decidi dispor o grupo em círculo para facilitar a visualização de todos os elementos. Posto isto, dispus todo o material sobre um banco de apoio no centro da roda, e de seguida, escolhi um elemento de forma aleatória e pedi-lhe que lançasse o cubo para o centro da roda. Após o utente lançar o cubo, tinha de responder a uma questão colocada por mim, de acordo com a cor que lhe saísse em sorte, visto que cada cor tinha um tema diferente, por exemplo se saísse a cor:

Roxa: as questões seriam sobre as adivinhas;

Vermelha: questões sobre curiosidades e charadas;

Verde: tinham de cantar algumas músicas tradicionais portuguesas;

Azul: tinham de completar os provérbios;

Amarelo: questões sobre curiosidades regionais;

Rosa: questões sobre geografia de Portugal.

Caso o utente tivesse dificuldade em responder à questão, solicitava-se sempre a ajuda dos restantes participantes.

No entanto, só se dava o jogo por terminado assim que todos os clientes/utentes participassem ou então, assim que terminassem os cartões.

**Resultados obtidos:** Esta atividade foi bastante profícua, na medida em que pude contar com a participação de um grande número de utentes. Ainda assim, pude trabalhar a memória dos clientes/utentes uma vez que, recordaram várias músicas tradicionais portuguesas e alguns provérbios dos quais, muitos deles já estavam esquecidos.

Por outro lado, pude também potenciar as redes de interação social, visto que puderam partilhar os seus conhecimentos sobre as curiosidades regionais e a geografia de Portugal, acabando mesmo por confienciarem algumas das experiências e memórias vividas em tempos de crianças.

## - O Todo pelas Partes

### Objetivos:

- Estimular a concentração e atenção;
- Promover o raciocínio lógico;

- Fortalecer a memória semântica;
- Estimular a perceção visual.

**Materiais:** 80 cartas; 40 cartas com imagens; 40 cartas com a descrição das respetivas imagens;

**Descrição:** Numa fase inicial, comecei por dispor os clientes/utentes em círculo, e de seguida distribui duas cartas com imagens por pessoa, acabando por dispor assim as 40 cartas com imagens por todos os elementos. Posto isto, e de forma aleatória lia a descrição de uma das imagens (figura 5 e 6), perguntando assim aos utentes a que se referia aquela narração e quem é que tinha o objeto com tais características.

**Resultados obtidos:** De acordo com o observado, posso concluir que este é realmente um jogo de estimulação cognitiva inovador e versátil, que pretende estimular os idosos independentemente dos seus níveis de escolaridade, é algo capaz de promover um envelhecimento saudável, diminuir o défice cognitivo, e trabalhar ao nível da demência.

Além disso, "O Todo Pelas Partes" permite um trabalho de dinâmica de grupo ou neuro estimulação individual. Uma intervenção informal e de divertimento, ou de recuperação cognitiva formal, capaz de estar inserida num plano de intervenção, ou seja, é um jogo multifacetado e bastante interativo.



**Figura 5 - Todo pelas Partes**

**Fonte – Instituição**



**Figura 6 -** Todo pelas Partes

**Fonte –** Instituição

### **3.7.2. Atividades Físico-Motoras**

O envelhecimento é um processo inevitável, que implica regressão das capacidades físicas, psicológicas, fisiológicas e sociais do ser humano. Este, é um dos fenómenos que mais se evidencia nas sociedades atuais. Várias entidades se têm preocupado com o bem-estar e a qualidade de vida desta população.

Sabe-se que a atividade física tem efeitos benéficos na saúde da população em geral e pode atenuar os efeitos negativos associados ao processo de envelhecimento, nesta perspetiva decidi, propor as seguintes atividades:

#### ***-Bowling***

##### **Objetivos:**

- Estimular a coordenação motora;
- Promover a flexibilidade e o movimento;
- Combater o sedentarismo;
- Desenvolver as suas capacidades físicas.

**Materiais:** 10 pinos de plástico; bola.

**Descrição:** O *Bowling* é outro dos jogos muito interessantes, que proporciona momentos de diversão e interação entre os jogadores. Neste jogo, todos participam até os mais dependentes, pois tanto jogam de pé como sentados, visto que ele só requerer força e movimento de braço. É com muita alegria no rosto que os idosos atiram a bola e derrubam os 10 pinos. Neste jogo os utentes têm sempre duas tentativas para derrubar todos os pinos.

**Resultados obtidos:** O *Bowling* era outra das atividades que os utentes mais gostavam e aquela que envolvia mais participantes. Esta era sem dúvida aquela em que conseguia reunir tanto os utentes que se encontravam nas cadeiras de rodas, como os que tinham autonomia.

### - Corrida de garrafas

#### **Objetivos:**

- Estimular a coordenação fina e óculo-manual;
- Fortalecer a agilidade e a força nos pulsos e antebraços;
- Estimular a capacidade de concentração;
- Incentivar a comunicação em grupo;
- Melhorar a dinâmica de grupo e a entreajuda.

**Material:** 3 garrafas de água pequenas cheia de areia; 3 cordões com 2 metros; 3 pequenos paus de vassoura, com diâmetro de 1 centímetro; cadeiras;

**Descrição:** Comecei por dispor o material na sala, ou seja, coloquei quatro cadeiras no topo da sala e as restantes sobre as laterais, para facilitar a visualização de todos. De seguida, ateí os fios de um lado, aos gargalos das garrafas, do outro, aos paus de vassouras (com diâmetro de 1 centímetro) e estiquei os fios a uma distância de aproximadamente 2 metros. Posto isto, passei à atividade, comecei por pedir 4 elementos voluntários, seguindo-se depois a corrida, em que os idosos seguram o pau de vassoura sobre a

horizontal, e através da extensão/flexão do pulso, o cliente/utente movimenta o pau da vassoura recolhendo assim a garrafa.

O vencedor do jogo é aquele que conseguir recolher a garrafa em primeiro lugar. No entanto, o jogo só termina, assim que todos os utentes concluem o exercício.

**Resultados obtidos:** Esta atividade, aparentemente parecia muito simples, mas é bastante importante, na medida em que nos permite trabalhar com os nossos idosos diferentes valências como a motricidade fina e a coordenação óculo-manual. Além disso permite-nos estimular a concentração, a agilidade e a força nos pulsos e antebraços de forma natural e espontânea, sem que os nossos clientes/utentes se apercebam, pois, para eles estão simplesmente a fazer um jogo, quando na verdade estamos a fazer muito mais que isso.

### 3.7.3. Atividades Lúdicas

Este tipo de atividades tem como principal objetivo ocupar de forma adequada o tempo livre do idoso, ou seja, devemos realizar atividades que promovam descobertas e novos ensinamentos, valorizando as capacidades, competências e experiências da pessoa em questão. Desta forma aumentamos a autoestima do idoso, conseguindo criar uma vida mais dinâmica e harmoniosa para este. Outra grande vantagem é conhecer melhor a pessoa que cuidamos, saber o que ela mais gosta de fazer nesta fase da vida, as suas capacidades e dificuldades, o que a estimula a níveis culturais, etc.

#### - Tarde Sénior “Cinema o Leão da Estrela”

##### Objetivos:

- Promover momentos de lazer e cultura;
- Proporcionar uma ida ao cinema;
- Recordar vivências passadas;
- Permitir momentos de convívio;
- Proporcionar uma tarde diferente;
- Promover a atividade física.

**Materiais:** Transporte (Carrinha de 20 lugares); chapéus; lanche;

**Descrição:** Esta atividade foi promovida pela Câmara Municipal de Águeda, que tem dedicado uma especial atenção aquele que é o seu público idoso. Deste modo, decidiram criar um projeto intitulado como “As Tardes Sêniores” cujo seu principal objetivo é promover momentos de lazer e cultura, para os idosos que se encontram institucionalizados. No fundo esta atividade, consistia em promover, no Cineteatro S. Pedro, um bom momento de cinema, onde os idosos pudessem rir e desfrutar de um filme que lhes recordasse os tempos antigos.

Para terminar, os idosos que se encontravam com aptidão física para fazer uma caminha até ao lar, puderam desfrutar desse passeio pela cidade.

**Resultados obtidos:** Esta foi uma das primeiras atividades da instituição, que pude participar, ou seja, foi a primeira atividade do exterior onde aprendi, os principais cuidados a ter quando fazemos e propomos uma ação fora da instituição. Aprendi que antes de realizarmos qualquer saída temos de fazer um registo dos utentes que irão sair, qual a hora prevista da saída e da chegada dos utentes, e temos de ter a preocupação de levarmos sempre connosco um pequeno lanche, para eventuais crises de quebras de tensão ou até mesmo falta de açúcar no sangue. Além disso, aprendi também, que devemos informar sempre os enfermeiros da instituição da saída dos utentes e devemos ainda ter o cuidado de levar uma auxiliar e os respetivos contactos da instituição.

Relativamente à atividade, foi bastante profícua e interessante na medida em que puderam proporcionar uma tarde diferente aos nossos idosos e acima de tudo, permitiram lhes ver um filme, numa sala de cinema, coisa que muitos nunca tinham tido a oportunidade de o fazer.

## **- Discos Pedidos**

### **Objetivos:**

- Recordar as músicas tradicionais, enquanto tradições de um povo;
- Estimular a capacidade de memorização;

- Estimular a audição;
- Estimular o desenvolvimento das capacidades vocais;
- Promover o relaxamento;
- Estimular a imaginação;
- Desenvolver a capacidade de improvisação;
- Promover uma maior interação entre os diferentes elementos.

**Materiais:** Computador; Colunas; Internet.

**Descrição:** Relativamente a esta atividade, esta surge com o intuito de proporcionar uma manhã diferente àqueles que são os nossos clientes/utentes, ou seja, remete para a exploração e pesquisa dos gostos musicais de cada um. Na verdade, esta atividade consistia, em procurar no suporte digital “*you tube*” a música que o utente gostava demais de ouvir no momento, ou então a música que gostaria de dedicar a alguém. Seguindo-se com a cantoria e a animação.

**Resultados obtidos:** Uma das maiores dificuldades desta atividade, é que as músicas já deviam estar previamente selecionadas, pois tornava-se mais prático e produtivo. No entanto, acho que a atividade correu bem, porque teve aceitação dos idosos, na medida em que eles dedicaram algumas músicas às próprias funcionárias e doutoras da instituição. Além disso, despertou uma série de sentimentos nos utentes, visto que deu para chorar, rir e cantar.

### - Jogo dos Provérbios

**Objetivos:**

- Promover a socialização;
- Fomentar a interação/comunicação com o grupo;
- Estimular a argumentação e a memória.

**Materiais:** Saco de pano; 25 folhas com provérbios;

**Descrição:** Este exercício, consistiu em começar por formar um círculo, de forma a facilitar a visualização de todos os elementos. De seguida, cada um dos elementos tinha de retirar um papel de dentro de um saco (sendo que tinha de ser um de cada vez), onde constavam diferentes provérbios.

Posto isto, e após retirar o papel com o provérbio, o utente dava-me o papel e eu pronunciava o início do provérbio, ou então, o próprio utente lia o provérbio e os restantes elementos completavam o mesmo.

**Resultados obtidos:** Esta atividade, foi bastante enriquecedora na medida em que pude proporcionar aos clientes/utentes um momento de partilha e conhecimento de saberes de ambas as partes, ou seja, para além de permitir aos utentes que recordassem alguns dos provérbios mais usuais dos seus antepassados, pude ainda aprender com eles, novos provérbios e posteriormente novas lendas e músicas que eram bastante usuais.

## - Bingo dos Provérbios

### Objetivos:

- Promover a socialização;
- Estimular a memória;
- Trabalhar a visão;
- Promover a motricidade fina;
- Fomentar a interação/comunicação com o grupo.

**Materiais:** 10 Cartões provérbios; + Aproximadamente 140 marcadores de Bingo; 2 guias (5 cartões correspondem a 1 guia, havendo assim duas opções de jogo que podem ser jogadas em separado ou em simultâneo); 1 Cartão com as perguntas sobre os provérbios;

**Descrição:** Este jogo permite estimular variadas competências motoras, cognitivas e relacionais, visando o desenvolvimento ou manutenção das capacidades e funcionalidade dos idosos, contribuindo para a promoção do envelhecimento ativo.

O jogo pode ser utilizado em sessões individuais ou de grupo, mediante os objetivos do animador para a sua intervenção, seguindo-se os exemplos base de como jogar:

Distribui-se os cartões com as palavras pelos participantes, numa superfície estável e plana e também os marcadores de bingo;

O animador utiliza o guia para ler o início dos provérbios, cujos participantes devem descobrir a solução e assinalá-la com o marcador de bingo nas palavras correspondentes.

**Resultados obtidos:** Este jogo é bastante interessante e produtivo, na medida em que o podemos usar de variadíssimas formas, ou seja, este jogo foi criado e adaptado para a população idosa, sendo que podem participar no jogo idosos com diferentes graus académicos, incluindo aqueles que não têm instrução literária. Neste jogo os idosos podem ser participantes ativos a colocar os marcadores, mas também podem ser somente os “fornecedores” das soluções, podendo assim criar-se dinâmicas interessantes fazendo pares e atribuindo uma tarefa a cada elemento. Assim torna-se possível que um participante que não saiba ler, tenha um papel ativo no Bingo de Provérbios, pois pode utilizar o seu conhecimento para ajudar o par na busca da solução.

A dinamização deste jogo permite criar uma vivência positiva, divertida e enriquecedora, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos idosos e outros intervenientes, através da realização de uma atividade motivadora e desafiante.

### **- A caixa de perguntas**

#### **Objetivos:**

- Promover o convívio;
- Reavivar momentos importantes das suas vidas;
- Promover a socialização;

- Estimular a memória;
- Fomentar a interação/comunicação com o grupo.

**Materiais:** caixa de cartão; 28 objetos diferentes;

**Descrição:** Para a realização desta atividade (figura 7 e 8), comecei por dispor os utentes em círculo, de modo a permitir a visualização de todos. Posto isto, e de forma aleatória pedi a um utente para se voluntariar, e ser o primeiro a retirar um objeto de dentro da caixa, ou seja, esta atividade consistia em começar por tirar um objeto da caixa, evitando que espreitassem, para o seu interior dando um efeito de surpresa. De seguida, e após o utente retirar o objeto, fazia uma pergunta correspondente ao objeto, (Anexo VIII) que lhe tinha saído em sorte, permitindo assim que o utente falasse sobre si e sobre aquelas que teriam sido as suas vivências passadas.

No entanto, e apesar do objeto ser retirado apenas por uma pessoa, dava sempre a possibilidade de todos os utentes responderem e falarem sobre o tema/questão.

**Exemplo:** Se saísse a abelha como objeto, a questão seria:

“Abelha: Alguma vez foi picado por uma abelha ou atacado por outro bicho? (se sim, solicitar para contar o episódio e como se resolveu a situação)”

**Resultados obtidos:** Esta foi sem dúvida a atividade mais marcante e emotiva, para mim. Pois estava longe de imaginar que teria resultados tão positivos e experiências tão únicas como as que consegui. Ao longo de quase três meses de trabalho e experiência com aqueles clientes/utentes, consegui motivar e fazer com que uma das utentes que nunca participava em nenhum tipo de atividades, se juntasse ao grupo, e que realizasse esta atividade. Este episódio, marcou me bastante, porque esta utente era alguém que se oponha e não compreendia a importância das atividades de animação, era alguém bastante reservada e conflituosa, mas neste dia consegui tornar o dia desta utente mais risonho e produtivo, de tal forma que consegui arrancar-lhe algumas gargalhas e conquistei admiração pelos restantes utentes, devido à participação e boa disposição da respetiva utente.

Algo que estava longe de imaginar que seria possível, dei por mim a constatar que aquela teria sido uma das maiores vitórias que consegui alcançar no decorrer do meu curto percurso de trabalho.



**Figura 7 - Caixa Pergunta**

**Fonte – Instituição**



**Figura 8 - Caixa Pergunta**

**Fonte – Instituição**

### 3.7.4. Atividades no Exterior

Na minha perspetiva, estas atividades são as mais importantes na vida de um idoso, principalmente se este, se encontrar institucionalizado.

As atividades exteriores permitem aos idosos contactar com um meio diferente, desenvolver os conhecimentos turístico-culturais e proporcionar a possibilidade de contactarem com o espaço exterior, ou seja, com mundo social.

Atualmente a sociedade atual, apela cada vez mais a uma maior proximidade entre as autarquias e os cidadãos, tornando-os mais conscientes das necessidades de cada um construindo uma relação mais aberta. O poder local representa na vida da população um papel preponderante no seu desenvolvimento humano, cultural e social. Deste modo, surgem as atividades no exterior, com o intuito de atuar de forma ativa nas necessidades atuais do público idoso ao nível da animação e inovação social.

#### - Ida ao museu etnográfico da Região do Vouga

##### Objetivos:

- Promover momentos de lazer e cultura;
- Proporcionar a ida a um museu;
- Comemorar o Dia Internacional dos Museus.

**Materiais:** Transporte (Carrinha de 20 lugares); chapéus; lanche;

**Descrição:** No âmbito do Dia Internacional dos Museus, os idosos do Lar Conde de Sucena, realizaram uma visita ao Museu Etnográfico da Região do Vouga (figura 9 e 10), no dia 17 de Maio, em Mourisca do Vouga.

Neste museu, os idosos puderam ver uma vasta recolha das tradições do povo da região, desde alfaias agrícolas, profissões antigas, objetos de uso doméstico antigo, não esquecendo os tradicionais trajes etnográficos, entre outros.

No fim, da visita fizemos um pequeno lanche partilhado, seguido de uma conversa

que deixou assim no ar a saudade do tempo passado e a recordação dos tempos vividos.

**Resultados obtidos:** Esta foi sem dúvida, uma das atividades exteriores que os utentes mais gostaram, na medida em que puderam ver e recordar, as alfaias agrícolas, os objetos de uso doméstico, e acima de tudo o que os fascinou mais, foi o facto de poderem ver que ainda existem muitos dos utensílios e instrumentos de trabalho que usavam os seus antepassados, quando tinham os seus campos agrícolas.



**Figura 9** - Museu etnográfico da Região do Vouga

**Fonte** – Instituição



**Figura 10** - Museu etnográfico da Região do Vouga

**Fonte** – Instituição

## - Ida ao museu de Arte em Águeda

### Objetivos:

- Promover o convívio interinstitucional;
- Promover momentos de lazer e cultura;
- Fortalecer a aptidão física.

**Materiais:** Transporte (Carrinha de 8 lugares); chapéus; lanche;

**Descrição:** No passado dia 24 de Maio, um grupo de clientes/utentes do Lar Conde de Sucena deslocou-se até ao recém-inaugurado Centro de Artes de Águeda (CAA), com o intuito de conhecer e participar nas atividades promovidas pelas “Tardes Seniores” da responsabilidade da Câmara Municipal de Águeda.

O espaço apelava às artes (figura 11) e, por isso, os idosos tiveram a oportunidade de visitar a exposição de arte contemporânea “*Reloaded*”, participar na oficina de teatralização do “retrato” e no ateliê documentativo. Para finalizar, os idosos visitaram ainda, o auditório do CAA, onde tiveram a oportunidade de ver o resultado das obras de videoarte, cantar e partilhar experiências antigas.

No final da atividade, os idosos que se encontravam com aptidão física para fazer uma caminhada até ao lar, puderam desfrutar desse passeio pela cidade.

**Resultados obtidos** – Confesso que esta não foi das atividades, que mais me impressionou, antes pelo contrário, pois considero que esta atividade não estava adequada ao público idoso, na medida em que não forneciam grandes condições para os utentes se sentarem assim que chegassem ao museu e além disso, a exposição de arte contemporânea, não despertou grande interesse aos utentes, pois não lhes proporcionavam momentos de conforto e foi demasiado extensa, o que se tornou difícil para os clientes/utentes. Em contrapartida, considero que a última atividade proposta pela organização, teve bastante sucesso, na medida em que permitiu que os utentes pudessem cantar, rir e conviver com os idosos das outras instituições.



**Figura 11 - Museu de Arte em Águeda**

**Fonte – Instituição**

### **- Socializar + Dia do Idoso**

#### **Objetivos:**

- Promover momentos de lazer, convívio e cultura;
- Proporcionar um dia diferente aos clientes/utentes;
- Promover o convívio interinstitucional;
- Fortalecer a aptidão física;
- Promover a mostra social do concelho de Águeda.

**Materiais:** Transporte (Carrinha de 20 lugares); chapéus; lanche;

**Descrição:** Esta atividade decorreu no “Dia do Idoso”, 2 de Junho de 2017, no qual o Lar Conde de Sucena teve a oportunidade de levar, cerca de 18 utentes, a participar na 3ª edição da Feira Socializar +. O evento teve lugar no Instituto da Vinha e do Vinho (IVV), em Águeda, e foi dedicado aos idosos onde estiveram envolvidos 350 utentes de 18 IPSS do concelho. Este evento teve como principal objetivo dar a conhecer a intervenção social realizada no concelho de Águeda e promover o debate em torno das temáticas da Igualdade de Oportunidades, do Diálogo Étnico Racial, da Mobilidade e Acessibilidade, da Escola Aberta para Todos e da Cidadania Participativa.

Deste modo, os participantes efetuaram a visita à Mostra Social, jogaram os “Jogos do Hélder” (figura 12), assistiram a um momento de animação teatral, pela associação CADES, e terminaram com um momento de Dança Sénior (figura 13).

Neste dia de manhã realizaram-se, no exterior das instalações do IVV, 3

Workshops: Informar para Incluir; Redes Colaborativas; Inclusão Educacional. Sendo que estes workshops contaram com a participação de técnicos de várias IPSS.

No fim da atividade “Dança Sénior”, fizemos um pequeno lanche com os utentes, seguindo-se uma pequena caminhada até ao lar, com aqueles que se encontravam com forças físicas para o fazerem, cuja a finalidade, era permitir que desfrutassem de um passeio pela cidade.

**Resultados obtidos** – Esta atividade foi bastante positiva na medida em que todos os utentes se divertiram, desfrutaram de um bom momento de convívio onde puderam recordar e rever bons e velhos amigos, e acima de tudo puderam desfrutar de um conjunto de atividades que lhes permitiram perceber o que é o Envelhecimento Ativo.



**Figura 12 - Jogos do Helder**

**Fonte – Instituição**



**Figura 13 - Dança Sénior**

**Fonte – Instituição**

## Reflexão Final

Este relatório foi consolidado em função do trabalho desenvolvido ao longo dos três meses de estágio na valência de Lar, na instituição SCMA.

Desde logo, o estágio curricular, enquanto primeiro contacto estabelecido com idosos durante a licenciatura de Animação Sociocultural, permitiu-me ultrapassar e desmistificar alguns dos estereótipos e estigmas que tinha face às dificuldades que seria trabalhar com um público idoso. Confesso que num primeiro momento jamais me passaria pela ideia trabalhar com um público tão carismático e tão especial, no que diz respeito às suas dificuldades. Mas a verdade é que, quando me surgiu esta oportunidade de poder trabalhar com um público alvo que desconhecia, tornou-se um enorme desafio para mim enquanto futura animadora, devido ao facto de poder alargar os meus horizontes, testar as minhas limitações e dificuldades em aplicar os conhecimentos teóricos, práticos e metodológicos adquiridos ao longo dos tempos, ou seja, tinha chegado agora o momento de colocar em prática e de fazer uso daquilo que tinha estudado ao longo dos três anos da Licenciatura e que passaria agora a ser o meu método de trabalho futuro, visto que o estágio é uma forma de preparação na entrada no mercado de trabalho.

O início do estágio não foi fácil, nos primeiros dias, a minha preocupação foi conhecer a dinâmica institucional e, acima de tudo, conquistar, a confiança tanto dos colaboradores como dos idosos. Este foi um processo que acabou por ir correndo naturalmente, na medida em que fui bem recebida por todos os elementos institucionais, principalmente pelos idosos, o que possibilitou que a minha integração fosse positiva e produtiva.

Na realidade eu gosto sempre de um bom desafio, que me permita crescer e experienciar novas vivências e no que toca à animação estou sempre disposta a observar e a comunicar, e foi isso que fiz ao longo das duas primeiras semanas de estágio.

Toda essa observação e comunicação que fui estabelecendo com os idosos permitiu me criar uma proximidade com todos, de tal forma que consegui captar muitos pormenores importantes que me ajudaram depois quer na elaboração das atividades, quer simplesmente no diálogo a utilizar com as diferentes pessoas, de modo a ter uma melhor intervenção.

O meu objetivo primordial, no decorrer do estágio foi adquirir experiência profissional na área da Animação Sociocultural e proporcionar algumas atividades que pudessem contribuir para um Envelhecimento Ativo.

No entanto, todas essas propostas foram sempre avaliadas e supervisionadas pela animadora da instituição, de modo a que os meus objetivos fossem sempre produtivos e adequados quer para a instituição, como para os próprios clientes/utentes. Além disso, tive sempre a oportunidade de participar e promover as diferentes atividades, quer as que já estavam devidamente planeadas anualmente pela instituição, como as que me propus a desenvolver.

O trabalho realizado foi muito enriquecedor, na medida em que tive a oportunidade de fazer pequenas conquistas de evolução individual, como também a nível de uma coesão grupal, visto que no decorrer do meu período de estágio tive o privilégio de cativar alguns utentes, que nunca participavam nas atividades elaboradas pela animadora da instituição. Tornou-se ainda mais enriquecedor para mim, o facto de ver o meu trabalho reconhecido quer pelos voluntários, quer por alguns familiares, e quer pelos próprios utentes e a prova de tudo isso foi o que manifestaram os utentes quando me vim embora.

Este estágio, permitiu-me não só a execução de atividades de animação, como ao mesmo tempo ampliar os conhecimentos e técnicas para uma melhor intervenção no que diz respeito ao meu futuro profissional. Tendo sido um trabalho muito gratificante o que desenvolvi ao longo dos três meses de estágio, tive ainda a oportunidade de conhecer pessoas fantásticas e clientes/utentes que estiveram sempre disponíveis para a concretização das atividades propostas.

Hoje reconheço que trabalhar com o público idoso é muito gratificante, tornamo-nos tão pequeninos, junto de gente tão rica em sabedoria e com uma força interior tão grande, jamais me esquecerei dos valores que esta gente me transmitiu e que farão parte do meu futuro profissional.

## Bibliografia

Ander-Egg, E. (1991). *Metodologia y practica de la animación sociocultural*. Buenos Aires: Grupo Editorial Lumen Hvmánitas.

Bernet, J. T. (2004). *Conceito, discurso e universo da animação sociocultural*. In J. T Bernet (Coord.), *Animação sociocultural: teorias, programas e âmbitos* (pp.19-63). Lisboa: Horizontes pedagógicos, Editorial Ariel/ Instituto Piaget.

Carvalho, A. D. (2002). *Dilemas das Representações Contemporâneas da Velhice*. In Universidade Portucalense (org.). *Terceira Idade: uma questão para a Educação Social*. Porto: Departamento de Ciências Históricas e da Educação da Universidade Portucalense, pp. 7-9.

Costa, A. (2010). *Animação Sociocultural - Profissão e Profissionalização dos animadores*. Livpsic.

DGS - Direcção Geral de Saúde - Ministério da Saúde. (2012). Direcção Geral de Saúde.

Dias, A. C. (2016). *Reaprender a viver*. [s.l.]. [s. n.]

Ivo, P. A. P. (2008). *O Grande Desafio - Envelhecimento Activo*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa - Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas.

Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos*. Porto: Editora Âmbar.

Jacob, L. (2008). *Animação de Idosos*. Porto: Editora Âmbar.

Larrázabel, M. S. (2004). *A figura e a formação do animador sociocultural*. In J. T Bernet (Coord.), *Animação sociocultural: teorias, programas e âmbitos* (pp. 123-

130). Lisboa: Editorial Ariel/Instituto Piaget.

Lopes, M. de S. (2006). *Animação sociocultural em Portugal*. Edita Intervenção.

Lopes, M. de S. (2008). *Animação Sociocultural em Portugal*. (2a Edição) Chaves: Editora Intervenção.

Martins (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade no Lar de Santa Marta em Chaves*. In Pereira e Lopes (coord.). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Amarante: Edições Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Ministério da Solidariedade e da Segurança Social. Portaria n<sup>o</sup> 67/2012. Diário da República. Lisboa; 2012 Mar 21;(58):1324–9. Ou (Diário da República, 1<sup>a</sup>. Série - N<sup>o</sup>. 58 - 21 de março de 2012.

Nunes, V. A. L. (2008); *O Desenvolvimento Local e a Animação Sociocultural*. Uma comunhão de princípios; en <http://quadernsanimacio.net>; no 8; JULIO de 2008; ISSN 1698-4044

Paúl, C. (1991). *Envelhecimento Activo e Redes de Suporte Social* Sociologia: Revista Da Faculdade de Letras Da Universidade Do Porto, 15.

Ribeiro, O. & Paúl, C. (2011). *Manual de Envelhecimento Ativo*. Lisboa: Lidel.

Serrano, G. P. (2008) *Elaboração de Projetos Sociais – Casos Práticos*, Porto Editora.

Silva, E. & Moinhos, R. (2010). *Animação sociocultural: módulos obrigatórios*. Lisboa: Plátano Editora.

Silva, R. F. R. (2012). *Vivências afetivas na Terceira Idade num contexto institucional* (Doctoral dissertation).

Ventosa (2009). *Animação Sociocultural e Terceira Idade*. in Pereira e Lopes (coord.). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Edições Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Ventosa, V. J. (2012) *Desarrollo e evaluación de proyectos socioculturales*, Escuela de Animación, Editorial CCS, Madrid.

Vilardouro, C. F. (2013). *O contributo da animação sociocultural para o desenvolvimento pessoal e social de alunos com Necessidades Educativas Especiais no 1º Ciclo do Ensino Básico* (Doctoral dissertation).

Ytarte, R. M. (2007). *Cidadania e educação social cidadania e participação a partir da animação sociocultural*. In A. N. Peres & M. S. Lopes (Coord.), *Animação sociocultural e os novos desafios* (pp.167-179). Chaves: Edição APAP.

## Webgrafia

[http://sanchoeassociados.com/DireitoMedicina/Omlegissum/legislacao2012/Marco/Port\\_67\\_2012.pdf](http://sanchoeassociados.com/DireitoMedicina/Omlegissum/legislacao2012/Marco/Port_67_2012.pdf) Ministério da Solidariedade e da Segurança Social. Portaria nº 67/2012. Diário da República. Lisboa; 2012 Mar 21;(58):1324–9. Ou (Diário da República, 1ª. Série - Nº. 58 - 21 de março de 2012), consultado a 17 de Julho de 2017;

<http://www.e-konomista.pt/artigo/estagios-curriculares/>, consultado a 26 de Julho de 2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/areasocial/larcondesucena>, consultado a 12 de Julho de 2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/areasocial/larcondesucena/actividades>, consultado a 12 de Julho de 2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/areasocial/larcondesucena/centrodedia>, consultado a 12 de Julho de 2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/areasocial/larcondesucena/internamento>,  
consultado a 12 de Julho de 2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/areasocial/larcondesucena/servicos>, consultado a  
12 de Julho de 2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/Instituicao/areasocial>, consultado a 12 de Julho de  
2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/Instituição/historia>, consultado a 12 de Julho de  
2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/node/13>, consultado a 12 de Julho de 2017;

<http://www.scm-agueda.pt/scma2011/node/32>, consultado a 12 de Julho de 2017;

<https://populacaodistritodeaveiro.jimdo.com/águeda/aguada-de-baixo/>, consultado a 7  
de Agosto de 2017;

<https://pt.slideshare.net/jcmm1/mgq-li>, consultado a 27 de Julho de 2017;

[https://www.cm-agueda.pt/pages/204#.WWY\\_qzNOo\\_U](https://www.cm-agueda.pt/pages/204#.WWY_qzNOo_U), consultado a 12 de Julho de  
2017;

[https://www.cm-agueda.pt/pages/544#.WWZBXzNOo\\_U](https://www.cm-agueda.pt/pages/544#.WWZBXzNOo_U), consultado a 12 de Julho de  
2017;

# **Anexos**

---

## **Listagem de Anexos**

**Anexo I** - Organograma das Respostas Sociais da Santa Casa da Misericórdia de Águeda

**Anexo II** - Recursos Humanos ao Serviço do Lar Conde de Sucena

**Anexo III** - Plano de Estágio

**Anexo IV** - Plano de Atividades Semanais

**Anexo V** - Plano de Atividades Mensais

**Anexo VI** - Plano de Atividades Anuais

**Anexo VII** – PowerPoint de Monumentos Nacionais

**Anexo VIII** - Perguntas do jogo “A caixa de perguntas”

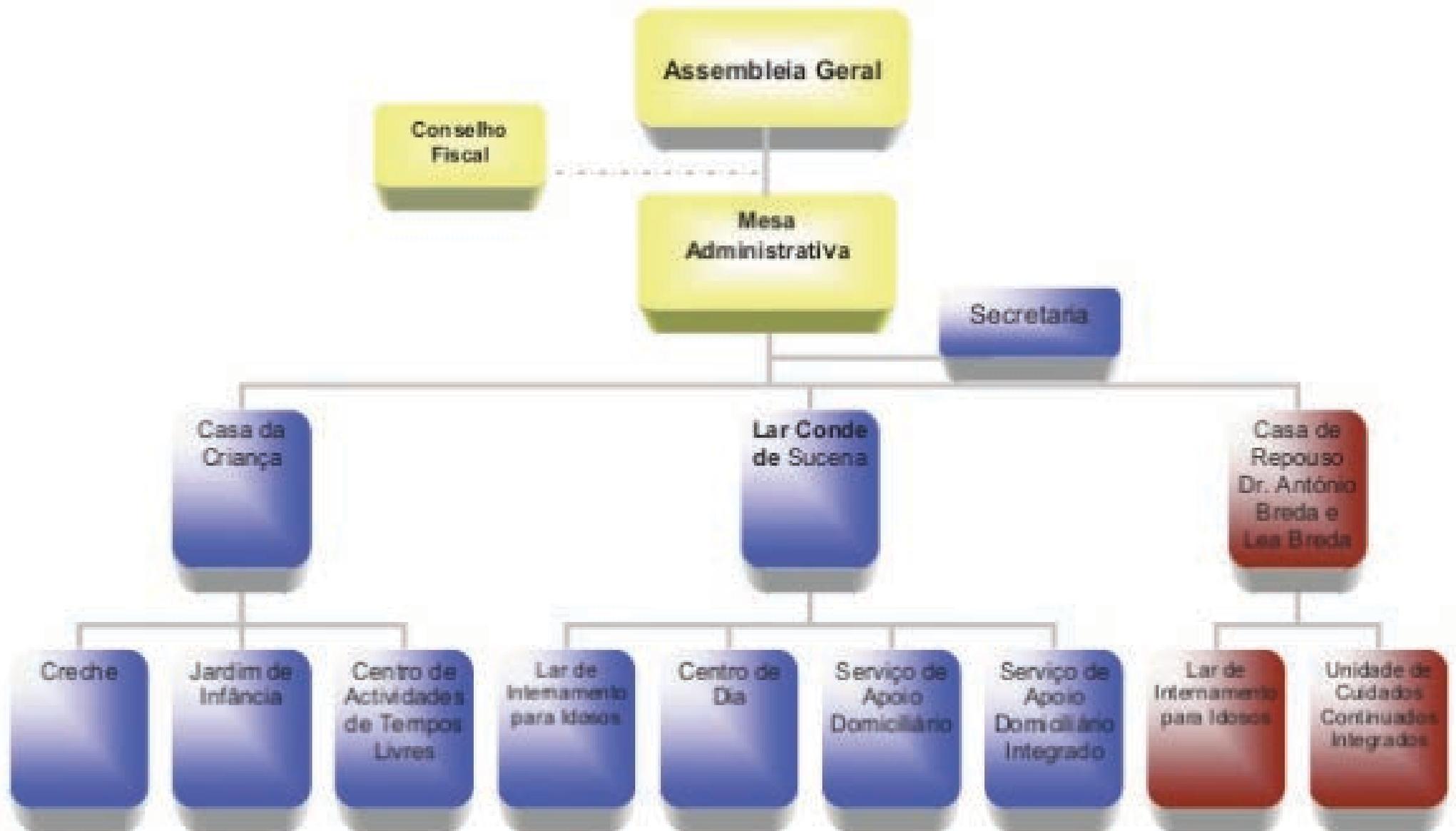
**Anexo IX** - Folha de Ponto

**Anexo X** - Cartas de Autorização para a Publicação das Fotografias e Trabalhos dos Utentes

**Anexo I – Organograma das  
Respostas Sociais da Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda**

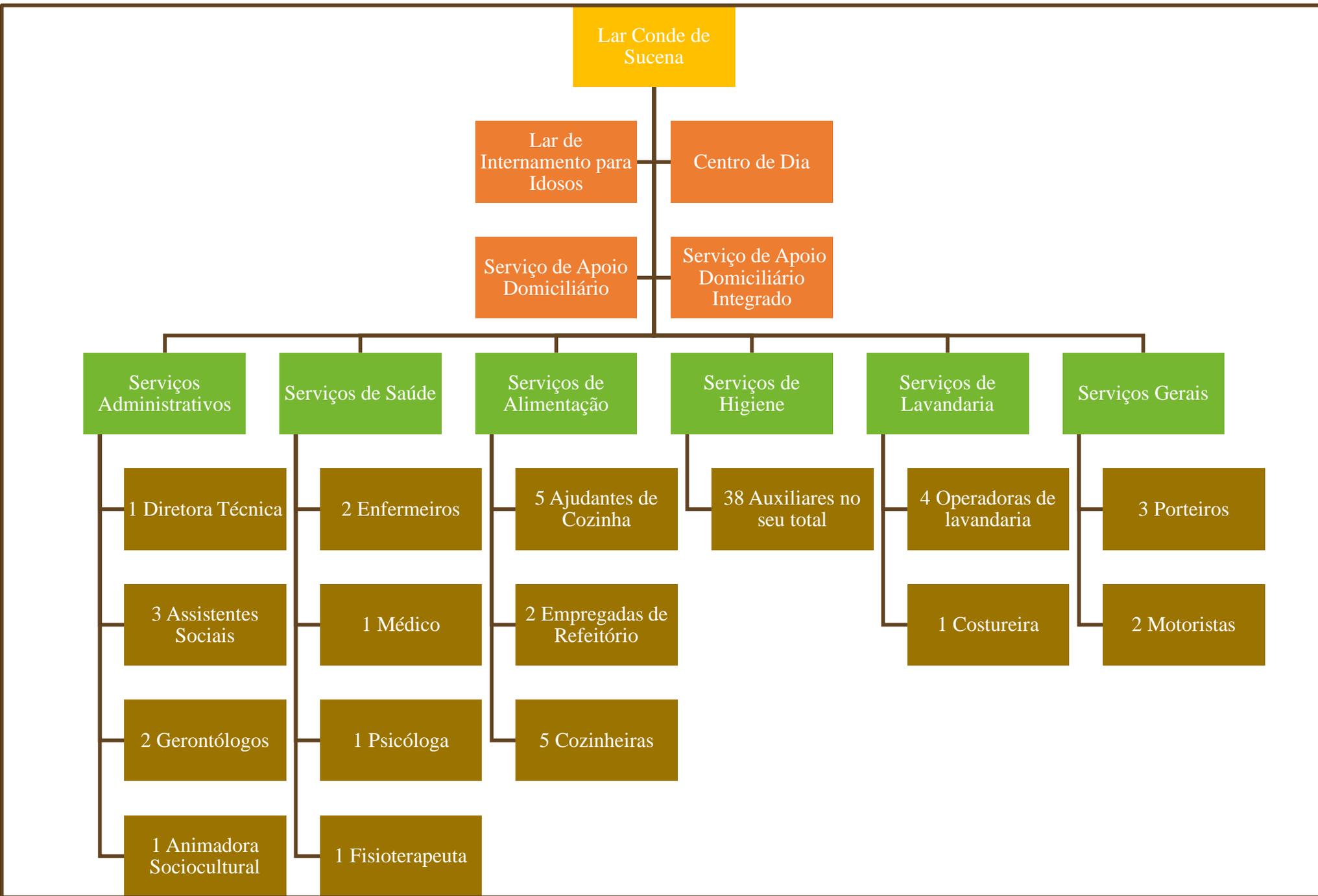
---

# Organograma das Respostas Sociais da Santa Casa da Misericórdia de Águeda



## **Anexo II – Recursos Humanos ao Serviço do Lar Conde de Sucena**

---



## **Anexo III – Plano de Estágio**

---

## **Plano de Estágio**

Após reunir, com a Professora Orientadora Ana Lopes e com a Supervisora da Instituição da Santa Casa da Misericórdia de Águeda, a Animadora Rosa Cardoso, foram definidas as linhas orientadoras do estágio curricular, a desenvolver no Lar Conde Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda.

Numa primeira fase, o estágio passará por um período de observação/adaptação da estagiária à instituição e ao conhecimento dos clientes/utentes.

Ficou também definido, que de acordo com o Plano Anual da Atividades da Instituição e o Plano semanal a estagiária poderá participar, sempre que lhe for solicitado ou então sempre que, por iniciativa própria, considere vantajoso para os clientes/utentes e para a instituição a sua colaboração.

De acordo com as indicações dadas pela Dra Rosa, Animadora da Instituição e simultaneamente supervisora do estágio, a aluna poderá, dentro das temáticas previamente definidas, propor, planificar e executar, com supervisão, atividades de estimulação cognitiva e sensorial; promover atividades do âmbito da atividade físico-motora; fomentar exercícios que promovam a manutenção cognitiva, olfativa e sensorial; explorar atividades de expressão plástica, entre outras.

# **Anexo IV – Plano de Atividades Semanais**

---



	Segunda - Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
10.00hrs-12.00hrs  11.00hrs	Atelier de Estimulação Cognitiva e/ou Sensorial  Em grupo Animadora Sócio Cultural	Atividade Física Sénior Prof. Educação Física	Atelier Mãos à Obra Animadora Sócio Cultural	Atelier de Costura Animadora Sócio Cultural  Atividade Física Sénior Prof. Educação Física	
12.00hrs -13.00hrs	Almoço				
14.00hrs às 14.30hrs	Oração do Terço – Presidida pelos Idosos				
14.30hrs – 15.15hrs  15.45hrs – 17.30hrs	Classe Movimento Fisioterapeuta  Atividade Físico Motora Jogo de Bóccia Animadora Sócio Cultural	Atividades Cognitivo Mentais - Jogo Loto; - Sons e Ritmos; - Puzzles; - Móbis; Animadora Sócio Cultural	Animação Musical Grupo de Cantares Sénior do LCS Mesária Prof. Alice Silva	Atividade Físico Motora e Lúdico Recreativa - Bowling; - Baliza; - Mini-Golf; Animadora Sócio Cultural	Classe Movimento Fisioterapeuta  Atividade Físico Motora Jogo de Bóccia Animadora Sócio Cultural

Nota: Todas estas atividades podem ou não ser executadas dependendo das condições atmosféricas, da predisposição dos clientes/utentes e do Plano Anual de Atividades Sócio Culturais 2015

Elaborado por: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Aprovado por: \_\_\_\_\_



# **Anexo V– Plano de Atividades Mensais**

---



## Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Mês de Março de 2017

Respostas Sociais ERPI - Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
02	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ "40 práticas de Amor" – Caminhada para a Quaresma;</li> <li>- Diálogo com os Idosos sobre as práticas;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de reflexão, fé e cultura;</li> </ul>	T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material de desgaste;</li> </ul>	14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____ <b>Atividade Coletiva</b>
07	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Projeto "Seniores Bloguistas", promovido pela Casa de Repouso;</li> <li>- Massagens Terapêuticas;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o envelhecimento ativo e o contacto com as novas tecnologias;</li> </ul>	T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Transporte;</li> </ul>	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
08	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comemoração do Dia Internacional da Mulher</li> <li>- Atelier "Beleza e Mimos" e Estimulação sensorial;</li> <li>- Workshop "Dança do Ventre";</li> <li>- Entrega de flores às Clientes/Utentes das respostas sociais ERPI, CD e SAD;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assinalar datas festivas;</li> <li>- Promover a valorização pessoal da Mulher;</li> </ul>	T.A.S.C. Cabeleireira SCMA Fisioterapeuta Enfermeira	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material de estética (verniz, maquilhagem, batom, etc);</li> <li>- Lembranças;</li> <li>- Lenços;</li> </ul>	10.00hrs 14.00hrs 15.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____ Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____ <b>Mulheres ERPI e CD</b>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Atuação do Grupo de Cantares Sénior do Lar Conde de Sucena, na LAAC – Aguada de Cima;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o convívio interinstitucional</li> <li>- Promover a valorização do grupo;</li> </ul>	T.A.S.C. Mesária	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Transporte;</li> </ul>	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____



Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dia da Incontinência Urinária;</li> <li>- <i>Workshop</i> sobre a incontinência urinária;</li> </ul>	-	Fisioterapeuta	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material multimédia;</li> <li>- Balões;</li> </ul>	10.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
15	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tarde Sénior, promovida pela Câmara Municipal de Águeda – Cinema "O Leão das Estrelas";</li> <li>▪ Rastreio "Glaucoma", inserido na semana mundial do glaucoma, promovido pelo Centro Hospitalar do Baixo Vouga;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover o convívio interinstitucional;</li> <li>- Rastreio;</li> </ul>	T.A.S.C. Ajudante Lar e CD Equipa do CH	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Transporte;</li> <li>- Mesas e cadeiras;</li> </ul>	14.00hrs 14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____  Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
18	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tarde de Animação Musical – Tocata do Grupo Folclórico da Região do Vouga;</li> </ul>	- Promover momentos de convívio, cultura e lazer;	Técnica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanche;</li> <li>- Lembrança;</li> </ul>	14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
20	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comemoração do Dia do Pai (19):</li> <li>- Entrega de Lembranças ;</li> <li>- Animação Musical a cargo do Sr. Miranda;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assinalar datas festivas;</li> <li>- Valorização pessoal do homem;</li> </ul>	T.A.S.C.	- Lembranças;	14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____



Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
21	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia da Primavera – Plantar árvore;</li> <li>Atividade interinstitucional Casa da Criança e Lar Conde de Sucena - Semear e plantar a Horta Biosaudável;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comemoração do Dia da Primavera;</li> <li>Promover o convívio intergeracional;</li> </ul>	T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lanche;</li> <li>Transporte;</li> </ul>	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
21	<ul style="list-style-type: none"> <li>Projeto "Seniores Bloguistas", promovido pela Casa de Repouso;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o envelhecimento ativo e o contacto com as novas tecnologias;</li> </ul>	T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transporte;</li> </ul>	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
22	<ul style="list-style-type: none"> <li>Confissões aos Idosos do ERPI e CD, no âmbito das comemorações da quaresma;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover momentos de reflexão e fé;</li> </ul>	Sr.s Padres	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salas</li> </ul>	10.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
23	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participação do Grupo de Cantares Sénior do LCS, na Instituição Associação Nossa Senhora da Esperança;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o envelhecimento ativo;</li> <li>Fomentar o convívio interinstitucional;</li> </ul>	T.A.S.C. Mesário;	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transporte;</li> </ul>	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
27	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comemoração do Dia Mundial do Teatro;</li> <li>Realização da peça de teatro "As Lavadeiras";</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o envelhecimento ativo;</li> </ul>	T.A.S.C. Mesária		14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
30	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eucaristia e Santa Unção, no âmbito das comemorações da quaresma;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proporcionar momentos de lazer e convívio;</li> </ul>	Sr. Padre	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sala Polivalente;</li> </ul>	A definir	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____



### Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
31	<ul style="list-style-type: none"><li>Projeto "Envelhecer com Arte" - Atelier de Culinária;</li><li>Comemoração dos Aniversários Março 2017 - Lanche Convívio;</li><li>Foto de grupo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Preservar as tradições através da Culinária;</li><li>Assinalar datas festivas;</li><li>Promover momentos culturais, lúdicos e de lazer;</li></ul>	T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"><li>Bolos;</li><li>Lembranças</li></ul>	10.30hrs 15.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____

Nota: Esta Planificação está sujeita a alterações

Elaborado por: \_\_\_\_\_ Aprovado por: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_



Santa Casa da Misericórdia  
de Águeda



## Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Página 5 de 5

AVALIAÇÃO GERAL DAS ATIVIDADES MENSAIS (N.º de Participantes, Motivação, Satisfação, Logística, Espaços/Locais, etc.)

Elaborado por: \_\_\_\_\_

Aprovado por: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_





### Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Mês de Abril de 2017

Respostas Sociais ERPI - Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
04	<ul style="list-style-type: none"> <li>Projeto "Seniores Bloguistas", promovido pela Casa de Repouso;</li> <li>- Viver com Saúde;</li> </ul>	- Promover o envelhecimento ativo e o contacto com as novas tecnologias;	T.A.S.C.	- Transporte;	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes <u>9</u>
06	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia Mundial da Atividade Física e Dia Mundial da Saúde (7)</li> <li>- Atividade Física adaptada;</li> <li>- Rastreio de Equilíbrio;</li> </ul>	- Sensibilizar para a importância da Atividade Física, visando a qualidade de vida;	Professor Atividade Física Fisioterapeuta		14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____ Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
07	<ul style="list-style-type: none"> <li>Workshop de Ramos, para a Eucaristia de Sábado;</li> </ul>	- Recordar as tradições;	T.A.S.C.	- Alecrim - Ruda - Alfazema	10.30hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visita à Feira do Março, no Pavilhão de Exposições de Aveiro (Clientes/Utentes das Respostas Sociais ERPI, SAD e CD);</li> </ul>	- Proporcionar momentos de lazer e convívio;	- T.A.S.C. - Motorista	- Transporte	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____



Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
12 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comemoração da Páscoa – Entrega dos Foliares da Páscoa aos Clientes/Utentes ERPI e CD, pela Mesa Administrativa da SCMA;</li> <li>Entrega dos Foliares da Páscoa aos Clientes/Utentes do SAD, pelas Técnicas;</li> </ul>	- Comemoração da época da Páscoa;	- Mesa Administrativa; - Técnicas;	- Foliares; - Transporte;	11.00hrs 14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____ Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
14	▪ Sexta Feira Santa (Feriado)					
16	▪ Páscoa					
18	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia internacional dos Sítios e Monumentos: - Estimulação cognitiva "Adivinha o que sou ou onde sou?"</li> <li>Inauguração da Capela do Hospital: Eucaristia na capela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o envelhecimento ativo e a estimulação cognitiva;</li> <li>Promover momentos de fé e cultura;</li> </ul>	T.A.S.C.	- Material multimédia;	14.30hrs 16.30hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes <i>Alia de Cade</i> Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input checked="" type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
22	▪ Feira dos Saberes e Sabores, no Instituto do Vinho e da Vinha, promovida pela Bela Vista;	- Participação nas atividades da comunidade;	Colaboradoras SCMA		09.00hrs 19.00hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
24	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia Mundial do Livro (23)</li> <li>Hora do Conto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar o gosto pela Leitura;</li> <li>Preservar as tradições;</li> </ul>	T.A.S.C.	- Livros	10.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input checked="" type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____

*Esta atividade foi substituída pelo Ativa de estímulo cognitiva*





Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
24	<ul style="list-style-type: none"> <li>Almas Santas da Areosa, Aguada de Baixo: Eucaristia para a terceira idade</li> </ul>	- Promover momentos de fé e cultura;	- T.A.S.C. - A LCD - Motorista	- Transporte; - Lanche	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
25	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia da Liberdade – Feriado</li> </ul>					
27	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atividade interinstitucional, promovida pelo Patronato N.º Sr.ª das Dores, Centro Social de Belazaima, ABARCA e AFA – Fermentelos;</li> <li>- Workshop de Risoterapia;</li> </ul>	- promover o convívio interinstitucional;	- T.A.S.C.	- Transporte; - Lanche;	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes <u>8</u>
28	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia Mundial do Sorriso (28) e Dia Mundial da Dança (29);</li> <li>Workshop Risoterapia;</li> <li>Projeto "Envelhecer com Arte" - Atelier de Culinária;</li> <li>Comemoração dos Aniversários Março 2017 – Lanche Convívio;</li> <li>- Foto de grupo</li> <li>Workshop de danças do mundo;</li> </ul>	- Promover o envelhecimento ativo;	- T.A.S.C.		<del>10.30hrs</del> 15.30h	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
		- Proporcionar momentos de lazer e convívio;	- T.A.S.C.	- Bolos; - Lembranças;	15.00hrs	Concretizou-se: Sim <input checked="" type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
		- Assinalar datas festivas;			15.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input checked="" type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____

Nota: Esta Planificação está sujeita a alterações

Elaborado por:

Rosa Dias

Aprovado por:

Flávia, Trz

Data: 03/04/2017



N.º do certificado: 2011/CEP.4008



AVALIAÇÃO GERAL DAS ATIVIDADES MENSAIS (N.º de Participantes, Motivação, Satisfação, Logística, Espaços/Locais, etc.)

As atividades correram como previstas. Os alunos gostaram, mas o que mais se solicitou foi as comemorações relativas à Páscoa. Re.

Elaborado por:

*[Handwritten signature]*

Aprovado por:

*[Handwritten signature]*

Data: 02 / 05 / 17





Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Mês de Maio de 2017

Respostas Sociais ERPI - Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
01	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feriado – Dia do Trabalhador;</li> </ul>					
5,6 e 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Receção e acompanhamento das cerimónias relativas à imagem da N.ª Sr.ª Peregrina, no âmbito das Comemorações do Centenário das Aparições, promovido pela Paróquia de Águeda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comemorações do Centenário das Aparições de N.ª Sr.ª de Fátima;</li> </ul>	Comunidade SCMA			Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
09	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comemoração do Dia da Mãe:               <ul style="list-style-type: none"> <li>Tarde de Animação Musical com atuação do Grupo Com.Cavaquinhos, da Academia Sénior de Águeda.</li> <li>Entrega de lembranças elaboradas pelos idosos;</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assinalar datas festivas;</li> <li>Valorização pessoal da mulher;</li> </ul>	T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lembranças (bolsa para lenços de papel);</li> </ul>	14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____  Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comemorações de Fátima, Maio mês de Maria;</li> <li>Comemoração do Dia da Família (15):               <ul style="list-style-type: none"> <li>Tarde de Animação Musical;</li> </ul> </li> <li>Atuação do Grupo Aquacantante – Aguada de Cima;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proporcionar momentos de fé de reflexão;</li> <li>Promover laços familiares e sociais;</li> </ul>	T.A.S.C.  T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Televisões</li> <li>Lanche para convidados</li> </ul>	Manhã  14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____  Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes ____



Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Data	Atividades Sócio-Culturais	Objetivos	Recursos		Horas	Avaliação
			Humanos	Materiais		
17	<ul style="list-style-type: none"> <li>Maio Mês do Coração;</li> <li>Dia Internacional da Hipertensão:               <ul style="list-style-type: none"> <li>Rastreio Cardiovascular;</li> <li>Palestra subordinada ao tema;</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a Educação para a Saúde;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas;</li> <li>Orador convidado;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material de enfermagem;</li> <li>Material audiovisual;</li> </ul>	Todo dia	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____ Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
<del>18</del> 17 23	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia Internacional dos Museus:               <ul style="list-style-type: none"> <li>Visita ao Museu Etnográfico da Região do Vouga;</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover momentos de cultura e lazer;</li> </ul>	- T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transporte;</li> <li>Lanche;</li> </ul>	14.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
24	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tarde Sénior, promovida pela Câmara Municipal de Águeda;</li> <li>Espectáculo Cultural a definir, no Centro de Artes e Espectáculo de Águeda;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o convívio interinstitucional;</li> <li>Promover momentos de lazer e cultura;</li> </ul>	- T.A.S.C.	- Transporte	14.00hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____
31	<ul style="list-style-type: none"> <li>Projeto "Envelhecer com Arte" - Atelier de Culinária;</li> <li>Comemoração dos Aniversários Março 2017 - Lanche Convívio;</li> <li>Foto de grupo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preservar as tradições através da Culinária;</li> <li>Assinalar datas festivas;</li> <li>Promover momentos culturais, lúdicos e de lazer;</li> </ul>	T.A.S.C.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolos;</li> <li>Lembranças</li> </ul>	10.30hrs 15.30hrs	Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____  Concretizou-se: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não, porque _____ N.º Participantes _____



Santa Casa da Misericórdia  
de Águeda



## Calendarização Mensal de Atividades Sócio-Culturais

Página 3 de 4

Nota: Esta Planificação está sujeita a alterações

Elaborado por: Rosa Albuquerque

Aprovado por: M. Aliaga

Data: 02/05/2017



# **Anexo VI – Plano de Atividades Anuais**

---



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover a animação musical através de grupos tradicionais;</li> <li>- Fomentar momentos de cultura, lazer e convívio;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comemoração do Dia de Reis;</li> <li>- Lanche convívio;</li> <li>- Participação do Grupo de Cantares Sénior do LCS, na Festa dos Reis do Centro Social e Paroquial da Borralha;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanche convívio;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>6 janeiro 2017</li> <li>Refeitório Salas LCS</li> <li>CSPBorralha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes (Idosos);</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atividade Coletiva ERPI + CD</li> <li>Participantes do Grupo de Cantares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Condições físicas do espaço;</li> <li>- Transporte;</li> <li>- Disponibilidade de Colaboradores;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Convívio;</li> <li>- Atividade Coletiva;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilização para importância da palavra;</li> <li>- Promover a valorização pessoal e de grupo;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dia Internacional do Obrigado</li> <li>- Sensibilização sobre a importância da palavra;</li> <li>- Dinâmicas de Grupo;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Multimédia;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>11 janeiro 2017</li> <li>Salas LCS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes;</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atividade Coletiva ERPI + CD</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assinalar datas festivas;</li> <li>- Promover a valorização pessoal e de grupo;</li> <li>- Promover a auto estima;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dia Internacional do Riso</li> <li>- Workshop de Risoterapia;</li> <li>- Dinâmicas de Grupo;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- a definir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>18 janeiro 2017</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes;</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atividade Coletiva ERPI + CD</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilização do cliente/utente para a importância de uma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acção de Sensibilização promovida pela Nutricionista Dr.ª Lina Roque, sobre o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipamento Multimédia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>03 fevereiro 2017</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes;</li> <li>- Grau de satisfação dos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atividade Coletiva ERPI + CD</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação</li> </ul>



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
alimentação saudável;	consumo de sal no dia a dia do Idoso;			clientes/utentes face à atividade			
- Sensibilizar para a importância da pessoa doente;	- Dia Internacional do Doente  - Eucaristia - Visita aos Clientes/Utentes Acamados do LCS	- Oração; - Sr. Padre;	11 fevereiro 2017 Sala LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	ERPI	- Disponibilidade do Sr. Padre;	- Solidariedade;
- Promover momentos de cultura e de lazer;	- Dia Mundial da Rádio  Sessão de Discos pedidos;	- Equipamento multimédia e colunas;	13 fevereiro 2017 Salas LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	Atividade Coletiva ERPI + CD		- Participação ativa dos Idosos;
- Assinalar datas festivas; - Promover a participação ativa; - Fomentar o convívio Interinstitucional;	- Dia de São Valentim – Comemoração do Dia da Amizade;	- Lanche para Convidados; - Som; - Microfones; - Material Desgaste para Lembranças;	14 fevereiro 2017 Salas LCS	- 2 Instituições convidadas;  -Grau de satisfação dos	80% ERPI + C.D.+SAD +	- Disponibilidade das Instituições participantes;	- Convívio; - Participação ativa dos Idosos;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
- Comemorar o Carnaval; - Promover a participação ativa e momentos de lazer e convívio;	- Baile de Carnaval, com desfile de máscaras;	- Máscaras; - Fatos;	24 fevereiro 2017 Salas LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	80% ERPI + C.D.+SAD		- Convívio;
- Assinalar datas festivas; - Promover a valorização pessoal da Mulher;	- Dia Internacional da Mulher – Atelier de Beleza e entrega de lembranças;	- Lembranças (material de desgaste);	8 março 2017 Salas LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	45% ERPI + C.D + SAD		- Convívio; - Participação ativa dos Idosos;
- Promover o convívio interinstitucional;	- Tarde Sénior, promovida pela Câmara Municipal de Águeda – Cinema;	- Transporte; - Lanche;	15 março 2017 Cineteatro S. Pedro	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	25% ERPI + CD + SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio interinstitucional;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

- Assinalar datas festivas; - Valorização pessoal do homem;	- Comemoração do Dia do Pai (19); Animação Musical (grupo Convidado) e entrega de Lembranças;	- Grupo a definir; - Lembranças (material de desgaste);	18 março de 2017 Salas LCS	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	100% Todos os Homens ERPI + C.D. + SAD		- Convívio;
Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
- Comemoração do Dia da Primavera; - Promover o convívio intergeracional;  - Promover o convívio interinstitucional e a participação ativa;	- Dia da Primavera  - Plantar árvore; - Semear e plantar a Horta Biosaudável;  - II Exposição de Espantalhos – Parque Biosaudável (convidar instituições)	- Árvore e/ou Planta; - RS Casa da Criança – Pré-Escolar  - Material reciclável	21 março 2017 Exterior S.C.M.A.	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade; - Número instituições participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	50% ERPI + CD 98% Pré-Escolar  3 instituições	- Condições atmosféricas;  - Participação das instituições convidadas;	- Convívio intergeracional; - Participação ativa;
- Assinalar datas festivas; - Promover a participação ativa;	- Dia Mundial do Teatro - Atividade a definir	- a definir	27 março 2017 Salas LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos	Atividade Coletiva ERPI + CD		



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

				clientes/utentes face à atividade;			
-Estimulação cognitiva;	- <u>Dia das Mentiras:</u> - Jogo Verdade Vs Mentira	- PC; - Videoprojetor; - Tela;	1 Abril 2017 Salas LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	Atividade Coletiva ERPI + CD		- Estimulação cognitiva
Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
- Proporcionar momentos de lazer, cultura e convívio;	- Visita à Feira do Março;	- Transporte; - Lanche;	A definir 2017 Parque Exposições de Aveiro	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	25% ERPI + C.D.+SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio;
- Sensibilizar para a importância da Atividade Física, visando a qualidade de vida;	- <u>Dia Mundial da Atividade Física</u>  Atividade a definir	- a definir	6 abril 2017	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	Atividade Coletiva ERPI + CD		- Participação ativa; - Sensibilização;
- Sensibilizar para a importância da	- <u>Dia Mundial da Saúde</u>	- a definir	7 abril 2017 Salas LCS	- Número de participantes;	Atividade Coletiva ERPI + CD		- Participação ativa;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Atividade Física, visando a qualidade de vida;	Atividade a definir			- Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;			- Sensibilização;
- Comemoração da época da Páscoa;	- Entrega dos Foliares da Páscoa pela Mesa Administrativa;	- Foliares; - Ovos de Chocolate e Amêndoas; - Material de desgaste;	LCS Data a definir M.A.	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	100%	- Disponibilidade da Mesa Administrativa;	- Convívio;
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização Local</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Condicionantes</b>	<b>Resultados Esperados</b>
- Promover a competição saudável e apelar ao trabalho de equipa;	- Campeonato Nacional de Bóccia Sénior – Zona Centro (Equipa) 2017,	- Transporte;	20 Abril 2017 Oliveira do Bairro	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	2 Equipas	- Disponibilidade de transporte e colaboradores;	- Convívio; - Participação ativa dos Idosos;
- Promover o convívio interinstitucional e intergeracional;	- Feira dos Saberes e Sabores, promovida pela Bela Vista;	- Colaboradoras LCS e CC	22 abril 2017 Instituto do Vinho e da Vinha	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	LCS + C.C.	Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

- Promover o convívio interinstitucional;	Atividade interinstitucional promovida por CSBelazaima, Patronato N.ª Sr.ª das Dores, ABARCA e AFA; - Workshop de Risoterapia	- Transporte; - Alimentação;	27 abril 2017 Local a definir	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	De acordo com o número de participantes	- Disponibilidade de transporte e colaboradores;	- Convívio;
- Promover a valorização pessoal e de grupo; - Promover a auto estima;	- <u>Dia Mundial do Sorriso</u> A definir	- a definir	28 abril 2017 Sala LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	ERPI+CD Atividade Coletiva		- Valorização pessoal
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização Local</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Condicionantes</b>	<b>Resultados Esperados</b>
- Comemoração do Dia Internacional da Dança (29); - Promover a participação ativa;	- <u>Atelier de Danças do Mundo</u> ;	- Convidar professor;	28 abril 2017 Sala LCS e Refeitório	- Número de participantes - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	ERPI+CD+SAD	- Disponibilidade do professor convidado	- Convívio;
- Assinalar datas festivas; - Valorização pessoal da mulher;	- Comemoração do Dia da Mãe (7); Atividade a definir e entrega de Lembranças;	- Lembranças (material de desgaste);	08 maio 2017 Salas LCS	- Número de participantes - Grau de satisfação dos	Todas as Mulheres ERPI + C.D. + SAD		- Convívio;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

				clientes/utentes face à atividade;			
- Comemoração do Dia da Família; - Promover laços sociais e familiares;	- Dia da Família (15) Tarde de Animação com grupo a convidar e Lanche partilhado com os Familiares e Amigos;	- a definir mediante atividade;	13 maio 2017 Salas LCS	- Número de participantes (Idosos e Familiares); - Grau de satisfação dos clientes/utentes e dos familiares face á atividade;	Atividade Coletiva	- Adesão dos Familiares;	- Convívio entre Idosos e familiares;
- Promover Educação para a Saúde;	-Dia Internacional da Hipertensão Maio Mês do Coração – Palestra tema a definir; - Rastreio;	- PC; - Material multimédia;	17 maio 2017 Data a definir L.C.S.	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face á atividade;	50% ERPI + C.D.+ SAD	- Disponibilidade do orador;	- Educação para a Saúde;
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização Local</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Condicionantes</b>	<b>Resultados Esperados</b>
- Comemoração do Dia Internacional dos Museus; - Promover momentos de convívio, lazer e cultura;	Dia Internacional dos Museus Visita ao Museu Etnografico da Região do Vouga	- Transporte	18 maio 2017 Mourisca do Vouga	- Número de participantes; - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	De acordo com o número de idosos por visita	- Transporte; - Disponibilidade do Museu; - Condições atmosféricas;	- Convívio;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

- Promover o Convívio interinstitucional;	- Tarde Sénior, promovido pela Câmara Municipal de Águeda – Espetáculo cultural – a definir	- Transporte;	24 maio 2017 Centro de Artes e Espetáculos	- Número de participantes; - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	De acordo com o limite proposto pela CMA	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio;
- Promover a mostra social do concelho de Águeda;	- Socializar + - 3.ª Edição Feira Social Tema Inclusão	- a definir	01,02 e 03 junho 2017	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	25% ERPI + C.D.+SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Participação Ativa
- Proporcionar momentos de lazer, cultura e convívio;	- Passeio Turístico de Comboio “Vouguinha” Visita do Museu Ferroviário de Macinhata do Vouga;	- Transporte; - Bilhetes de comboio;	14 junho 2017 Macinhata do Vouga	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	25% ERPI + C.D.+SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio;
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização Local</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Condicionantes</b>	<b>Resultados Esperados</b>
- Promover o convívio interinstitucional; - Promover a participação ativa;	- VI Marcha das Bengalas Atividade interinstitucional, promovida pelos Pioneiros, O Mágico, Fundação N.ª Sr.ª Conceição, AMAR e SCMA;	- Transporte; - Lanche;	21 junho 2017 Os Pioneiros – Mourisca do Vouga	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos	25% ERPI + C.D.+SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Participação ativa dos Idosos;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

				clientes/utentes face à atividade;			
- Assinalar datas festivas	- São João Sardinhada no Parque Biosaudável (Idosos e colaboradores)	- Sardinhas;	Data a definir junho 2017 Parque Biosaudavel	- Grau de satisfação dos clientes/utentes e dos colaboradores face à atividade;	Atividade Coletiva	- Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio entre Clientes/Utentes e Colaboradores
- Proporcionar momentos de lazer, cultura e convívio;	- Passeio ao Bom Jesus de Braga e Sameiro;	- Transporte; - Alimentação;	30 de junho 2017	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	17 idosos ERPI + CD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio; - Momentos culturais;
- Promover o Convívio Intergeracional;	- XXIV Encontro Intergeracional, promovido pela LAACc; Tema – o brinquedo	- Transporte; - Alimentação - Material e Lanche a definir;	5 julho 2017 1.ª sexta do mês Local a definir	- Número de participantes (10 Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	100% ERPI + C.D.	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio Intergeracional;
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização Local</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Condicionantes</b>	<b>Resultados Esperados</b>
- Reviver a tradição através da culinária;	- Dia Mundial da Pizza Workshop de confeção de pizzas;	- Ingredientes para pizza;	10 julho 2017	- Número de participantes (Idosos);	ERPI + CD	- Disponibilidade de Colaboradores;	- Participação Ativa



N.º do certificado: 2011/CEP.4008



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
- Proporcionar momentos de lazer, cultura e convívio;	- Época Balnear;	- Transporte; - Refeições; - Creme Protetor; - Mantas; - Guarda –sóis;	Datas a definir julho 2017	- Grau satisfação dos clientes/utentes face à atividade;  - Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	35% ERPI + CD + SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio interinstitucional
- Comemoração do Dia dos Avós; - Promover o convívio intergeracional; - Apelar a participação ativa;	- Atividade Interinstitucional LCS e CC <i>A definir</i>	- A definir	26 Julho 2017 Exterior SCMA	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes à atividade;	35% ERPI + C.D + SAD	- Condições atmosféricas;	- Convívio intergeracional e interinstitucional; - Participação Ativa;
- Proporcionar momentos de lazer, cultura e convívio; - Valorizar a condição humana;	- Almoço Convívio de Encerramentos das Atividades de Animação (1.º Semestre)	- A definir;	Julho 2017 Local a definir	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes à atividade;	30% ERPI+C.D+SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

- Proporcionar momentos de reflexão e de lazer;	- Peregrinação ao Santuário de Fátima;	- Aluguer de Transporte; - Almoço e Lanche;	1 setembro 2017 Santuário de Fátima	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes á atividade;	45% ERPI + CD + SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Convívio;
- Fomentar estilos de vida saudáveis; - Motivar para a prática do exercício físico;	- Dia Mundial da Fisioterapia <i>Atividade a definir no Parque Biosaudável, promovida pela Fisioterapeuta</i>	- A definir	08 setembro 2017 Local a definir	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	20% ERPI - + C.D	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições atmosféricas;	- Participação ativa dos Idosos;
- Promover a competição saudável;	- VI Campeonato de Bóccia Sénior – Torneio Individual, promovido pela LAAC – Aguada de Cima;	- Transporte;	A definir Setembro 2017 Pavilhão Desportivo LAAC	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes á atividade;	8 Idosos ERPI e CD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores;	- Participação ativa dos Idosos;
- Preservar as tradições através da Culinária; - Incentivar a participação ativa e a valorização pessoal;	<u>Semana de Produtos da Terra</u> - Atelier confeção de Compotas da época; - Venda de Produtos Alimentares;	- Ingredientes;	11 a 15 Setembro 2017	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação do clientes/utentes face à atividade;	25% ERPI + C.D.	- Condições físicas do espaço;	Participação ativa dos Idosos;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

- Sensibilizar para a importância dos da doença de alzheimer;	- Dia Mundial da Doença de Alzheimer - a definir	- a definir	21 Setembro 2017	- Número de participantes; - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	ERPI+CD Atividade Coletiva	.	
- Reviver a Tradição; - Promover o envelhecimento ativo;	- Reviver as Tradições: A Vindima;	- vinha;	Setembro/ 2017 Dia e local a definir	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face á atividade;	18 ERPI + C.D.+ SAD	- Condições atmosféricas; - Disponibilidade de arranjar uma vinha;	- Convívio; - Participação Ativa;
- Reviver a Tradição; - Promover o envelhecimento ativo;	- Reviver as Tradições: A Desfolhada;	- Milho;	Setembro/outubro 2017 Dia a definir Exterior SCMA	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face á atividade;	40% ERPI + C.D.+ SAD	- Condições atmosféricas; - Disponibilidade de arranjar o milho;	- Convívio; - Participação Ativa;
Comemoração do Dia Internacional do Idoso e da Música (1)	- Comemoração do Dia Internacional do Idosos e da Música: - Tarde de Animação Musical - Grupo a definir	- Grupo de Animação a definir; - Lanche; - Lembrança	30 setembro 2017 Sala LCS (Sábado)	- Número de participantes (Idosos);	ERPI Atividade Coletiva	- Disponibilidade do Grupo de Animação Convidado;	- Convívio; - Participação Ativa;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
				- Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;			
Comemoração do Dia Internacional do Idoso e da Música (1)	- Tarde Sénior promovida pela Câmara Municipal de Águeda – Tarde Dançante, no Centro Social e Paroquial de Recardães;	- Transporte; - Lanche;	4 outubro 2017 Auditório Centro Social e Paroquial de Recardães	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	30 ERPI + CD + SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores;	- Convívio; - Participação Ativa;
- Sensibilizar para a importância dos meios de comunicação; - Promover laços sociais e familiares;	- Dia Mundial dos Correios - “O Correio amigo” - envio de postais para os colaboradores do LCS e amigos;	- Postais - Envelopes; - Marco do correio com material de desgaste;	9 Outubro 2017	- Número de participantes (Idosos e colaboradores); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	colaboradores e idosos		- Participação ativa dos Idosos;
- Sensibilizar para a importância da saúde mental;	- Dia Mundial da Saúde Mental - Estimulação Cognitiva		10 Outubro 2017	Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	ERPI+CD Atividade Coletiva		- Sensibilização;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

- Comemoração do Dia Mundial da Alimentação - Sensibilizar para a importância de uma alimentação saudável;	- Comemoração do Dia Mundial da Alimentação e Dia Mundial do Pão: <i>Atelier O Pão do antigamente aos dias de hoje;</i> <i>Atividade prática sobre alimentação saudável;</i>	- T.A.S.C. - Nutricionista;	16 Outubro 2017 Sala LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	ERPI+CD Atividade Coletiva	- Comemoração do Dia Mundial da Alimentação <i>Atividade prática sobre alimentação saudável;</i>	- Nutricionista;
Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
- Promover o convívio interinstitucional;	- Concurso de Papas de Abóbora - Atividade interinstitucional, promovida pelo CSPBorralha, ARCOR, Arco Iris e Jardim Social;	- Papas; - Transporte;	19 outubro 2017 Local a definir	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	De acordo com o número de inscrições	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições físicas do espaço;	- Convívio; - Participação ativa dos Idosos;
- Assinalar datas festivas; - Valorização pessoal e em grupo dos clientes/utentes;	- Comemoração Dia Mundial da 3.ª Idade Dia Internacional da Animação <i>Atividade a definir;</i>	- A definir	28 outubro 2017 Sala LCS (sábado)	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;	40% ERPI + SAD	- Dependente da atividade programada;	- Convívio; - Participação ativa dos Idosos;
- Assinalar datas festivas;	- Comemoração do Halloween - Lanche e baile de máscaras alusivo à temática;	- A definir	31 outubro 2017 Sala LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau de satisfação dos	65% ERP + C.D + SAD		- Convívio; - Participação ativa dos Idosos;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

				clientes/utentes face à atividade;			
- Reviver a Tradição do Magusto;	- Magusto; - Atividades a definir;	- Lanche tradicional; - A definir de acordo c a atividade;	11 novembro 2017 LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	80% ERPI + CD + SAD		- Convívio;
<b>Objetivos</b>	<b>Atividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização Local</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Metas</b>	<b>Condicionantes</b>	<b>Resultados Esperados</b>
- Sensibilizar para a importância de uma alimentação saudável e estilos de vida saudáveis;	- Dia Mundial da Diabetes	- a definir	14 novembro 2017 LCS	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	ERPI+CD Atividade Coletiva		- Sensibilização;
- Assinalar datas festivas; - Reviver as tradições, usos e costumes;	- Dia da Bolacha  Atelier de culinária - confeção de Bolachas;	- Ingredientes para a confeção de bolachas;	4 dezembro 2017	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação clientes/utentes face á atividade;	10 participantes ERPI + CD		- Participação ativa dos Idosos;
- Assinalar datas festivas;	- Dia Internacional do Voluntariado	- a definir	5 dezembro 2017 Definir	- Número de participantes (Voluntários);	n.º de voluntários participantes		



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

				- Grau satisfação face á atividade;			
- Promover o Convívio interinstitucional;	- Tarde Sénior, promovida pela Câmara Municipal de Águeda –Circo	- Transporte; - Lanche partilhado;	6 dezembro 2017  Local a definir	- Número de participantes (Idosos); - Grau satisfação dos clientes/utentes;	30 ERPI + CD + SAD	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições físicas do espaço;	- Convívio;
- Festejar a época natalícia e todas as tradições; - Promover a participação ativa dos familiares nas atividades institucionais;	Comemorações de Natal - Missa de Natal; - Festa de Natal dos Idosos*, - Lanche ajantarado de Natal para Idosos e Familiares; - Entrega de Prendas e Desejo de um Bom Natal;	- Material de Desgaste - Convites e Decoração - Animação Musical - Prendas de Natal	Datas a definir dezembro 2017 L.C.S.	- Número de participantes (Idosos e Familiares); - Grau de satisfação dos clientes/utentes e dos familiares face á atividade;	85% ERPI + CD + SAD		- Convívio



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

OUTRAS ATIVIDADES PROPOSTAS

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assinalar datas festivas;</li> <li>- Promover a valorização pessoal do idoso;</li> <li>- Preservar a identidade dos idosos;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projeto “Envelhecer com Arte”</li> <li><u>Comemoração mensal dos Aniversários dos idosos das respostas sociais ERPI, CD e SAD;</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bolo;</li> <li>- Atelier de culinária;</li> <li>- Lembranças;</li> <li>- Foto mensal de grupo;</li> </ul>	<p>ERPI e CD - Último dia útil de cada mês, no refeitório;</p> <p>SAD – no dia do aniversário do cliente/utente em sua casa;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de participantes (Idosos);</li> <li>- Grau de satisfação dos clientes/utentes face à atividade;</li> </ul>	<p>100% ERPI + CD</p> <p>100% SAD</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Condições físicas do espaço;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Convívio;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover animação musical através de grupos tradicionais;</li> <li>- Fomentar momentos de cultura, lazer e convívio;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tardes de Animação Sócio-Culturais</li> <li><u>Atuação de Grupo Musicais e/ou Peças de Teatro</u> (grupos convidados da comunidade a definir);</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanche para os Convidados;</li> </ul>	<p>meses a definir Salas LCS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de grupos convidados - 8;</li> <li>- Grau satisfação clientes/utentes face à atividade;</li> </ul>	<p>8 Tardes de Animação Musical com grupos convidados durante o ano</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponibilidade do Grupo de Animação Convidados;</li> <li>- Condições físicas do espaço;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Convívio;</li> <li>- Atividade Coletiva;</li> </ul>



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização Local	Indicadores	Metas	Condicionantes	Resultados Esperados
- Promover o convívio interinstitucional; - Valorização pessoal do grupo de cantares;	- Grupo de Cantares Sénior do LCS Atuação nas IPSS's do Concelho de Águeda;	- Transporte;	A definir	- Número de atuações do grupo de Cantares - 8; - Grau satisfação clientes/utentes face à atividade;	8 atuações do grupo de cantares nas instituições locais	- Transporte; - Disponibilidade de Colaboradores; - Condições físicas do espaço;	- Convívio interinstitucional;
<b>ATIVIDADES SEMANAIS</b>							
Objetivos	Atividades			Indicadores	Resultados Esperados		
- Desenvolver a motricidade fina; - Estimular a criatividade; - Precisão manual e a coordenação psicomotora;	- <i>Atelier</i> Mãos à Obra: - Trabalhos em papel (corte; colagem e pintura); - Trabalhos com recursos a materiais reciclados; - Trabalhos com pastas moldáveis (barro, plasticina e fimo);			- Grau de satisfação dos Idosos face ao <i>atelier</i> ;  - No de participantes no <i>atelier</i> ;	- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal;		



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados Esperados
<ul style="list-style-type: none"><li>- Estimular a motricidade fina e a coordenação motor;</li><li>- Desenvolvimento da psicomotricidade;</li><li>- Desenvolver o espírito de inter-ajuda e de competição;</li><li>- Estimulação da concentração;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Atividade Físico Motora – Jogo de Bóccia:</li><li>- Treinos e técnicas de Jogo;</li><li>- Atividades Cognitivo Mentais</li><li>- Jogo Loto, jogos de tabuleiro;</li><li>Sons e Ritmos, Puzzles, Móbis;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos Idosos face ao atelier;</li><li>- No de participantes no atelier;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD`s e independência pessoal;</li><li>- Melhora a motricidade fina e a coordenação motora;</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Continuar a ir ao encontro dos gostos e expetativas dos clientes/utentes;</li><li>- Estimulação dos movimentos através da música;</li><li>- Reviver cantigas tradicionais;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Animação Musical - Grupo de Cantares Sénior do LCS:</li><li>- Ensaios;</li><li>- Atuações ao exterior;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Grau de satisfação dos Idosos face ao atelier;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD`s e independência pessoal;</li><li>- Convívio interinstitucional;</li></ul>



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

- Proporcionar momentos culturais e de lazer;		- N.º de participantes no grupo de cantares;	
- Continuar a ir ao encontro dos gostos e expetativas dos clientes/utentes; - Desenvolvimento da motricidade fina; - Produzir pequenos trabalhos; - Elaboração de trabalhos para épocas festivas do ano;	- <i>Atelier</i> de Costura e Renda; - Trabalhos em feltro e EVA; - Saquinhos de cheiro; - Pequenos arranjos; - Confeção de pequenos trabalhos para épocas específicas; - Porta-moedas;	- Grau de satisfação dos Idosos face ao <i>atelier</i> ; - N.º de participantes no <i>atelier</i> ; - Vendinha dos trabalhos realizados;	- Partilha de conhecimentos; - Melhora a motricidade fina; - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal; - Resultado das vendas;
Objetivos	Atividades	Indicadores	Resultados Esperados
- Continuar a unir gerações; - Proporcionar momentos lúdicos e recreativos; - Partilhar vivencia e historias entre as gerações; - Aumento do auto estima;	- Atividades intergeracionais; - Histórias tradicionais; - Hora do Conto; - Jogos lúdico pedagógicos; - Trabalhos manuais; - Confeção de doçaria e salgados - Concertos musicais;	- Grau de satisfação dos Idosos face ao <i>atelier</i> ;  - N.º de participantes no <i>atelier</i> ;	- Partilha de conhecimentos; - Aumentar a confiança e a autoestima; - Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal;
- Promover Orientação; - Estimulação da memória;	- <i>Atelier</i> de Estimulação Cognitiva e/ou Sensorial em grupo	- Grau de satisfação dos Idosos face ao <i>atelier</i> ;	- Partilha de conhecimentos;



Santa Casa da  
Misericórdia de Águeda



Plano Anual de Atividades Sócio – Culturais 2017  
Respostas Sociais ERPI - Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reabilitação das funções executivas;</li> <li>- Estimular as capacidades de linguagem;</li> <li>- Trabalhar a atenção e concentração;</li> <li>-Reagir a estímulos auditivos, visuais, gustativos e olfativos;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercício de orientação temporal; espacial e pessoal;</li> <li>- Exercícios de conhecimento e realização de ações;</li> <li>- Exercícios de memória recente, imediata, episódica e semântica;</li> <li>-Jogos de semelhanças e diferenças;</li> <li>-Jogos de sequências lógicas e de ação;</li> <li>-Exercícios de compreensão numérica;</li> <li>-Conhecimento numérico e capacidade de contar;</li> <li>-Exercícios de compreensão de ordens e tarefas;</li> <li>- Jogos de atenção;</li> <li>-Jogos de reconhecimento auditivo, tátil e olfativo;</li> <li>-Exercícios de leitura e escrita;</li> </ul>	<p style="text-align: center;">- N.º de participantes no atelier;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter e/ou melhorar as capacidades cognitivas e sensoriais;</li> <li>- Melhoria da qualidade de vida e aumento da autonomia na realização das AVD's e independência pessoal;</li> </ul>
--	--	---	---

Nota: Todas estas atividades podem ou não ser executadas dependendo das condições atmosféricas, da predisposição dos clientes/utentes e do Plano Anual de Atividades Sócio Culturais 2017

Elaborado por: \_\_\_\_\_ Aprovado por: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

# **Anexo VII – PowerPoint de Monumentos Nacionais**

---



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



13



14



15



16



17



18



19



20



21



22



23



24



25



26



27



28



29



30

## **Anexo VIII – Perguntas do jogo “A caixa de perguntas”**

---

## **Jogo: “A caixa de perguntas”**

- **Abelha:** Alguma vez foi picado por uma abelha ou atacado por outro bico? (se sim, solicitar para contar o episódio e como se resolveu a situação)
- **Bola:** Gosta de futebol? Qual o seu clube de futebol preferido? Sabe o nome de algum jogador de futebol?
- **Bolo com Vela:** Em que dia nasceu OU Qual a data do seu aniversário? (pedir para relatar algo que saiba sobre esse dia. Por exemplo: onde nasceu, como foi...)
- **Calendário:** Qual o dia do ano que mais gosta e porquê?
- **Camisola:** Qual a estação do ano preferida? Porquê?
- **Casa:** Diga o nome da terra onde morou mais tempo. (sabe como se chamam os habitantes dessa terra?)
- **Cesta:** Qual a peça de fruta que mais gosta? (sabe qual a fruta desta época do ano?)
- **Chaleira ou coador:** Gosta de chá? Qual o seu preferido?
- **Chave:** Com esta chave o que poderia/gostaria de abrir?
- **Colher de pau:** Gosta/Sabe cozinhar? (se sim, qual o prato que mais gosta de cozinhar? Ou solicitar que diga algum truque de culinária; se não, perguntar apenas qual a comida preferida)
- **Comboio:** Qual a viagem de comboio (ou não) que o marcou mais? (ou qual o lugar/sítio que nunca esqueceu?)
- **Castelo:** Que história (conto de fadas) se lembra da sua infância? Quem costumava contar?
- **Copo:** Qual a bebida que mais gosta? (e costuma beber?)
- **Enchedeira:** Gosta de enchidos? Qual o seu preferido? (perguntar se algumas vez fez enchidos e falar sobre isso)
- **Espelho:** Se pudesse ver alguém neste espelho, quem gostaria de ver neste momento?
- **Garrafa:** Qual a bebida que menos gosta? (podemos perguntar se alguma vez engarrafou vinho, por exemplo)
- **Golfinho:** Gosta de mar? Costumava ir à praia? Onde?

- **Mascara:** Alguma vez se mascarou? Foi a algum baile de mascaras/fantasia? Gosta de Carnaval?
- **Moldura com uma fotografia:** Quem é a pessoa que gostava de ver nesta fotografia? (ou perguntar se gosta de ser fotografado ou de ver fotografias antigas)
- **Óculos:** Diga uma coisa ou alguém que gostaria de ver neste momento. Que recordações lhe traz?
- **Pandeireta:** Sabe/Gostava de tocar algum instrumento? Na sua família alguém toca algum instrumento?
- **Pão:** Gosta de pão? Diga qual o alimento que mais gosta de comer com/no pão.
- **Pássaro:** Se pudesse voar, ia para onde, neste momento?
- **Pião:** Sabe jogar ao pião? Alguma vez jogou ao pião?
- **Serrote:** Qual era a sua profissão?
- **Regador:** Costumava jardinar? Qual a sua planta/flor preferida?
- **Relógio:** Qual a hora do dia que gosta mais? (ou qualquer hora relacionada com rotinas diárias: a que horas se deita? a que horas se levanta? como é o seu dia?)
- **Telefone:** Se pudesse, para quem telefonaria neste momento?

## **Anexo IX – Folhas de Ponto**

---

# FOLHA DE PONTO

Estagiária:  
Nome: Ana Carolina Abreu Penques

Supervisor:  
Nome: Rafael Isidoro Alves Santos Cardoso

**MARÇO 2017**

Dia	Dia da Semana	Hora de Entrada	Início da Hora de Almoço	Fim da Hora de Almoço	Hora de Saída	Total de Horas
1	Quarta - Feira					
2	Quinta - Feira					
3	Sexta - Feira					
4	Sábado					
5	Domingo					
6	Segunda - Feira					
7	Terça - Feira					
8	Quarta - Feira					
9	Quinta - Feira					
10	Sexta - Feira					
11	Sábado					
12	Domingo					
13	Segunda - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
14	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
15	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
16	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
17	Sexta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
18	Sábado					
19	Domingo					
20	Segunda - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
21	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
22	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
23	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
24	Sexta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
25	Sábado					
26	Domingo					
27	Segunda - Feira					março fei...
28	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
29	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
30	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
31	Sexta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
<b>TOTAL DE HORAS NO MÊS DE MARÇO:</b>						<b>98h</b>

**ASSINATURAS:**

O Estudante

Ana Penques

O Supervisor

Rafael Isidoro

O Docente Orientador

[Assinatura]

# FOLHA DE PONTO

Estudante: \_\_\_\_\_

Nome: Ana Carolina Abreu Paques

Supervisor: \_\_\_\_\_

Nome: Raul Isobel Alves Santa Condo

**ABRIL 2017**

Dia	Dia da Semana	Hora de Entrada	Início da Hora de Almoço	Fim da Hora de Almoço	Hora de Saída	Total de Horas
1	Sábado					
2	Domingo					
3	Segunda - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
4	Terça - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
5	Quarta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
6	Quinta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
7	Sexta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
8	Sábado					
9	Domingo					
10	Segunda - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
11	Terça - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
12	Quarta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
13	Quinta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
14	Sexta - Feira					Não foi...
15	Sábado					
16	Domingo					
17	Segunda - Feira					Não foi...
18	Terça - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
19	Quarta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
20	Quinta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
21	Sexta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
22	Sábado	11h	12h	14h	19h (2)	7h
23	Domingo					
24	Segunda - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
25	Terça - Feira					Não foi...
26	Quarta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
27	Quinta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
28	Sexta - Feira	10h	12h	14h	18h	7h
29	Sábado					
30	Domingo					
<b>TOTAL DE HORAS NO MÊS DE ABRIL:</b>						<b>126h</b>

**ASSINATURAS:**

O Estudante

Ana Paques

O Supervisor

Raul Isobel

O Docente Orientador

[Assinatura]

# FOLHA DE PONTO

Estagiária: \_\_\_\_\_

Nome: Ana Carolina Abreu Paques

Supervisor: \_\_\_\_\_

Nome: Rose Isabel Alvo Santos Coimbra

MAIO 2017

Dia	Dia da Semana	Hora de Entrada	Início da Hora de Almoço	Fim da Hora de Almoço	Hora de Saída	Total de Horas
1	Segunda - Feira					12h
2	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
3	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
4	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
5	Sexta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
6	Sábado					
7	Domingo					
8	Segunda - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
9	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
10	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
11	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
12	Sexta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
13	Sábado					
14	Domingo					
15	Segunda - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
16	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
17	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
18	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
19	Sexta - Feira	9h	13h	14h	18h	8h
20	Sábado					
21	Domingo					
22	Segunda - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
23	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
24	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
25	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
26	Sexta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
27	Sábado					
28	Domingo					
29	Segunda - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
30	Terça - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
31	Quarta - Feira	10h	13h	14h	18h	7h
TOTAL DE HORAS NO MÊS DE MAIO:						155h

ASSINATURAS:

O Estudante

Ana Paques

O Supervisor

Rose Isabel

O Docente Orientador

[Assinatura]

# FOLHA DE PONTO

Estagiária:

Nome: Ana Carolina Abreu Pinheiro

Supervisor:

Nome: João Gabriel Alves Santos Pereira

## JUNHO 2017

Dia	Dia da Semana	Hora de Entrada	Início da Hora de Almoço	Fim da Hora de Almoço	Hora de Saída	Total de Horas
1	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	17h
2	Sexta - Feira	10h	13h	14h	18h	17h
3	Sábado					
4	Domingo					
5	Segunda - Feira					
6	Terça - Feira					
7	Quarta - Feira					
8	Quinta - Feira	10h	13h	14h	18h	17h
9	Sexta - Feira					
10	Sábado					
11	Domingo					
12	Segunda - Feira					
13	Terça - Feira					
14	Quarta - Feira					
15	Quinta - Feira					
16	Sexta - Feira					
17	Sábado					
18	Domingo					
19	Segunda - Feira					
20	Terça - Feira					
21	Quarta - Feira					
22	Quinta - Feira					
23	Sexta - Feira					
24	Sábado					
25	Domingo					
26	Segunda - Feira					
27	Terça - Feira					
28	Quarta - Feira					
29	Quinta - Feira					
30	Sexta - Feira					
<b>TOTAL DE HORAS NO MÊS DE JUNHO:</b>						<b>21h</b>

**ASSINATURAS:**

O Estudante

Ana Pinheiro

O Supervisor

João Gabriel

O Docente Orientador

[Assinatura]

**Anexo X – Cartas de  
Autorização para a Publicação das  
Fotografias e Trabalhos dos Utentes**

---

# Carta de Autorização para a Publicação das Fotografias e Trabalhos dos Utentes

Exm<sup>a</sup> Diretora do Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda

Para os devidos efeitos legais, na qualidade de estagiária, venho por este meio solicitar autorização para fotografar os utentes, do Lar Conde Sucena, que a Exma. Senhora Diretora dirige, e respetivas atividades diárias, desenvolvidas durante o período de estágio, que decorrerá desde o dia 13 de Março até ao dia 30 de Junho de 2017.

As referidas fotografias, serão utilizadas na ilustração do Relatório de Estágio para a obtenção do grau de Licenciatura em Animação Sociocultural, que servirá para elucidação do júri que irá avaliar o meu percurso e empenho no decorrer do estágio.

Com os melhores cumprimentos

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Assinatura

\_\_\_\_\_

-----

----

Eu, \_\_\_\_\_ Exm<sup>a</sup> Diretora do Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda, autorizo/não autorizo (riscar o que não interessa), que os utentes possam ser fotografados pela Animadora Estagiária no decorrer do seu estágio curricular.

Assinatura

\_\_\_\_\_

## **Carta de Autorização para a Publicação das Fotografias e Trabalhos dos Utentes**

Exm<sup>a</sup> Animadora Sociocultural do Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de Águeda

Para os devidos efeitos legais, na qualidade de estagiária, venho por este meio solicitar autorização para fotografar os utentes, do Lar Conde Sucena, que a Exma Senhora Animadora Sociocultural dirige, e respetivas atividades diárias, desenvolvidas durante o período de estágio, que decorrerá desde o dia 13 de Março até ao dia 30 de Junho de 2017.

As referidas fotografias, serão utilizadas na ilustração do Relatório de Estágio para a obtenção do grau de Licenciatura em Animação Sociocultural, que servirá para elucidação do júri que irá avaliar o meu percurso e empenho no decorrer do estágio.

Com os melhores cumprimentos

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Assinatura

\_\_\_\_\_

-----

----

Eu, \_\_\_\_\_ Exm<sup>a</sup>  
Animadora Sociocultural do Lar Conde de Sucena da Santa Casa da Misericórdia de  
Águeda, autorizo/não autorizo (riscar o que não interessa), que os utentes possam ser  
fotografados pela Animadora Estagiária no decorrer do seu estágio curricular.

Assinatura

\_\_\_\_\_