



Gestão da Intervenção Sénior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código:	GIS-RL-01
Edição:	2
Pág.	1/14

Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social (RAADPS)

Referente ao ano 2022

Centro Social de N^{ra} Senhora da Conceição

Vila do Carvalho, 14 de abril de 2023

[Handwritten signatures]



Gestão da Intervenção Sénior Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social	
Código:	GIS-RL-01
Edição:	2
Pág.	2/14

Índice

Introdução.....	3
1. Objetivos definidos no Plano Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social (PAADPS) - Ano 2022.....	3
2. <i>Análise de resultados por atividade tipo</i>	5
3. <i>Análise global de resultados</i>	12
Conclusão.....	13
Validação.....	14



Gestão da Intervenção Senior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 3/14

Introdução

No ano de 2022, começamos a entrar numa nova fase sobre a pandemia causada pelo SARS-CoV-2, o pós-pandemia, onde as restrições que foram estabelecidas pela DGS-Direção Geral de Saúde, começam a alterar-se, retornando desta forma a juntar os utentes de Centro de Dia (CD) aos utentes da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) na realização das atividades, embora ainda com algumas restrições.

O Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social, consiste na apresentação de resultados e na sua análise, referente ao ano de 2022, relativamente à planificação de atividades estipuladas no Plano Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social, fazendo referência face aos resultados obtidos por atividade e respetiva análise global das atividades programadas, replaneadas, não planeadas, mas realizadas.

1. Objetivos definidos no Plano Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social (PAADPS) - Ano 2022

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Indicadores	Meta	Resultados Obtidos
1. Trabalhar as principais capacidades funcionais/cognitivas;	1.1 Fomentar a manutenção e/ou melhoria da autonomia de 20% dos utentes; 1.2 Proporcionar a manutenção e/ou melhoria das capacidades cognitivas/memória de 20% dos utentes;	% de clientes que aumentaram a autonomia e estagnaram (fonte: Escala de Barthel) % de clientes que mantiveram/melhoraram a sua capacidade cognitiva (fonte: Escala de MMS)	20%	1.1 e 1.2. As avaliações das capacidades de autonomia nas atividades diárias e capacidades cognitivas decorreram em 2022 em momentos desfasados, às das avaliações globais em dezembro de 2021, pelo que não se consegue obter resultados que nos demonstrem as reais alterações de capacidades a que nos propomos potenciar com as atividades de desenvolvimento pessoal e social.



Gestão da Intervenção Sénior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 4/14

2., Promover o contacto com a família;	2.1 Promover a participação de 20% dos utentes na decoração da Instituição e elaboração de pequenos trabalhos; 2.2. Garantir o contacto entre os utentes e respetivos familiares em 50% dos utentes;	Taxa de Participação % utentes com contactos de familiares	20% 50% mínimo mensal	2.1. A taxa de participação é de 28.5% em utentes de ERPI e de 27.7% em utentes Centro de Dia. 2.2 Este objetivo incide só na ERPI, tendo uma taxa de participação de 80,9%
3. Estabelecer relações intergeracionais;	3.1 Consciencializar 50% dos utentes para visitas culturais e a prática de exercício físico; 3.2 Estimular a leitura, escrita e momentos intergeracionais de 20% dos utentes; 3.3 Estimular e fomentar o gosto pela culinária a 20% dos utentes;	Taxa de participação	50% 20%	3.1 Taxa de participação de 74.4% utentes de ERPI e 66.6% utentes de Centro de Dia 3.2- Taxa de participação de 23.80% utentes de ERPI e 28.6% utentes de Centro de Dia 3.3 – Realizadas atividades de Culinária, tendo uma taxa de participação de 28.6%



Gestão da Intervenção Sênior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 5/14

2. Análise de resultados por atividade tipo

		Área Lúdico-Recreativa			
Objetivos Gerais	Atividades Planeadas no ano de 2022	Datas	Atividades concretizadas	Atividades concretizadas não planeadas	
Artes Plásticas <ul style="list-style-type: none">- Proporcionar momentos de lazer e convívio;- Promover a envolvimento dos clientes nas atividades;- Fomentar a criatividade e expressão;- Explorar novas técnicas;- Desenvolver a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora;- Percecionar e integrar as características dos diferentes materiais e sua utilidade. Costura <ul style="list-style-type: none">- Promover o convívio e entretenimento;- Fomentar a criatividade e expressão;- Estimular o espírito de entreatajuda;- Partilhar conhecimentos e costumes;- Desenvolver a motricidade fina. Viver a Música <ul style="list-style-type: none">- Proporcionar momentos de convívio e entretenimento;- Exprimir as suas preferências;- Manter hábitos e hobbies que possuíam antes de entrar para a resposta social.	"Dia Reis"	06.01.2022	X		
	"Dia de Nossa Senhora das Candeias"	03.02.2022	NR		
	"Dia Mundial da Rádio"	11.02.2022	X		
	"Carnaval"	01.03.2022	X		
	"Dia Internacional da Mulher"	08.03.2022	X		
	"Dia de São José"	18.03.2022	X		
	"Juntos Pela Ucrânia"			21.03.2022	
	"Dia Mundial do Teatro"	28.03.2022	X		
	"Dia de Páscoa"	17.04.2022		14.04.2022	
	"Caça ao Ovo"			18.04.2022	
	"Dia da Liberdade"	25.04.2022		21 e 22.04.2022	
	"Dia Mundial da Dança"	29.04.2022		X	
	"Dia da Mãe"	02.05.2022		03.05.22	
"Dia Mundial da Criança"	01.06.2022		NR		



Gestão da Intervenção Sénior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01
Edição: 2
Pág. 6/14

	"Decoração Santos Populares"	13 a 23.06.2022	x	
	"Dia do Amigo"	20.07.2022	x	
	"Dia Mundial da Música e Dia Internacional do Idoso"	30.09.2022	NR	
	"Dia Mundial do Sorriso"	07.10.2022	x	
	"Dia Mundial do Ovo"	08.10.2022	NR	
	"Dia Mundial das Massas"	25.10.2022	NR	
	"Decoração da Instituição – Natal"	01 a 16.12.2022	x	

Relativamente às atividades deste tipo, estavam 48 planeadas, mas realizaram-se 82 (26 ERPI e 33 em CD) + (23 ERPI+CD) tendo sido executadas mais 59 atividades do que o previsto.

Área Social e Cultural

Objetivos Gerais	Atividades Planeadas no ano de 2022	Datas	Atividades concretizadas	Atividades concretizadas não planeadas
Festejo de aniversários - Promover atividades que contribuam para manter as suas redes sociais e familiares.	"Dia Internacional do Bombeiro"	04.05.2022	NR	
	"Dia Internacional da Família"	15.05.2022	NR	
Convívios Intergeneracionais - Favorecer o convívio, a troca de experiências e vivências.	"Dia Mundial da internet e das Telecomunicações"	17.05.2022	x	
	"Dia da Espiga"	26.05.2023	x	
	"Dia de São João"	24.06.2022	x	



Gestão da Intervenção Sênior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código:	GIS-RL-01
Edição:	2
Pág.	7/14

Objetivos Gerais	Atividades Planeadas no ano de 2022	Datas	Atividades concretizadas	Atividades concretizadas não planeadas	
Visitas a Exposições, Feiras, Monumentos - Promover o convívio e entretenimento em grupo. Jogos de Mesa e Tradicionais - Estimular e potenciar as várias áreas do funcionamento cognitivo; - Promover o convívio e o entretenimento; - Promover ocupação do tempo livre.	"Dia Mundial das Bibliotecas"	01.07.2022	NR		
	"Dia de São Tiago"	25.07.2022	21.07.2022		
	"Comemoração do 42º Aniversário da Instituição"	24.09.2022	X		
	"Dia Mundial do Animal"	04.10.2022	X		
	"Viagem Anual"	15.10.2022	X		
	"Dia Mundial da Terceira Idade"	28.10.2022	NR		
	"Dia de São Martinho"	11.11.2022	X		
	"Festa de Natal"	19.12.2022	X		
	Na área de atividades sociais e culturais, estavam previstas 48, mas realizaram-se 28 atividades (11 em ERPI e 5 em CD) + (12 CD + ERPI)				
	Área da Expressão Motora				
Caminhadas - Promover estilos de vida saudáveis; - Desenvolver a resistência, força muscular, equilíbrio, flexibilidade e capacidade cardiorrespiratória.	"Dia Mundial da Atividade Física"	06.04.2022	X		
	"Dia Olímpico"	23.06.2022	X		
	"Dia Mundial da Fisioterapia"	08.09.2022	NR		
	"Projeto da UBI"			19.12.2022	
Ação e Movimento: Bowling, Basket, Circuito, Ginástica, outros					



Gestão da Intervenção Sénior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 8/14

Objetivos Gerais	Atividades Planeadas no ano de 2022	Datas	Atividades concretizadas	Atividades concretizadas não planeadas
<p>Atelier Intelectual formativo</p> <p>Histórias contadas na Primeira Pessoa</p> <ul style="list-style-type: none"> - Promover conhecimento da literatura e das artes cinematográficas nacionais e internacionais; - Fomentar a comunicação oral e escrita; - Promover a relação intergeracional; 	<p>No âmbito da área de "Expressão Motora", estavam previstas 144 e foram realizadas um total de 85 atividades (33 em ERPI e 32 em CD) + (20 ERPI + CD)</p>			
	"Dia da Escrita à Mão"	24.01.2022	NR	
	"Dia Internacional do Vinho do Porto"	27.01.2022	NR	
	"Dia Mundial da Nutella"	04.02.2022	NR	
	"Dia do Amor"	14.02.2022	NR	
	"Dia do Pensamento"	22.02.2022	NR	
	"Dia Internacional da Mulher"	08.03.2022	x	
	"Dia Mundial do Sono"	15.03.2022	x	



Gestão da Intervenção Sênior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01
Edição: 2
Pag. 9/14

- Proporcionar a valorização pessoal aumentando a autoconfiança;	"Dia Mundial da Árvore e da Poesia"	21.03.2022	X	
	"Dia do Livro Português"	26.03.2022	X	
- Proporcionar bem-estar e aumento da autoestima do cliente.	"Dia Internacional do Livro Infantil"	01.04.2022	X	
	"Dia Mundial da Saúde"	07.04.2022	X	
Atelier de Reminiscência	"Dia Internacional do Café"	14.04.2022	NR	
	"Dia Mundial da Terra"	22.04.2022	X	
- Valorizar o cliente a partir do conhecimento que ele tem do seu passado.	"Dia Mundial da Higiene das Mãos"	05.05.2022	X	
	"Dia Internacional sem dieta"	06.05.2022	NR	
Atelier de Jardinagem: Quintinha	"Dia das Abelhas"	20.05.2022	NR	
	"Dia do Chá Gelado"	09.06.2022	10.06.2022	
- Incentivar à prática de atividades do quotidiano dos clientes;	"Dia Mundial do Chocolate"	07.07.2022	X	
	"Ação Sensibilização – Altas Temperaturas"			18.07.2022
- Estimular a destreza manual.	"Dia Mundial dos Avós"	26.07.2022	X	
	"Dia Mundial do Coração"	29.09.2022	X	
Atelier de Culinária	"Abrços e Outros Laços"			07.10.2022
	"Dia Mundial da Alimentação"	16.10.2022	18.10.2022	
- Confeccionar de diferentes produtos estimulando a recriação;	"Dia Mundial da Maçã"	21.10.2022	NR	
- Estimular a motricidade fina;				
- Promover o convívio.				



Gestão da Intervenção Sénior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 10/14

Atelier de Comunicação - Promover o contacto com a família; - Proporcionar bem-estar e aumento da autoestima do cliente. Atelier de Atividades do Quotidiano - Incentivar à continuidade do desenvolvimento das tarefas do dia-a-dia, antes de frequentar a resposta social; - Melhorar a auto-estima; - Manter as rotinas; - Valorizar a sua imagem, de modo a dar continuidade aos cuidados pessoais.	"Dia Mundial do Cinema"	05.11.2022	X	
	"Dia Mundial da Diabetes"	14.11.2022	NR	
Em relação a estas atividades, estavam previstas 48 e foram realizadas 46 (17 em ERPI e 12 em CD) + (17 ERPI + CD)				

Area Religiosa

Objetivos Gerais	Atividades Planeadas no ano de 2022	Datas	Atividades concretizadas	Atividades concretizadas não planeadas
- Promover momentos de oração; - Desenvolver o lado espiritual e religioso.	"Dia Mundial da Religião"	21.01.2022	X	
	"Dia Mundial do Doente"	11.02.2022	X	
	"Quaresma"	02.02.2022	X	
	"Aparição de Nossa Sra. De Fátima aos 3 Pastorinhos" "Missa na TV – Direto de Fátima"	13.05.2022	X	



Gestão da Intervenção Sênior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 11/14

No que respeita às atividades religiosas, das 48 que estavam previstas realizaram-se 24 atividades (11 ERPI e 5 CD) + (8 ERPI + CD)

Área Desenvolvimento Cognitivo/Mental

Objetivos Gerais	Atividades Planeadas no ano de 2022	Datas	Atividades concretizadas	Atividades concretizadas não planeadas
<ul style="list-style-type: none">- Estimular e potenciar as várias áreas do funcionamento cognitivo;- Estimular a memória;- Promover ocupação de tempo livre;- Promover o convívio e o entretenimento.	"Dia da Imaculada Conceição"	08.12.2022	X	
	"Terço"			
	"Terapia do Riso"	18.01.2022	NR	
	"Dia de Brincar na Areia"	11.08.2022	X	
	"Dia Mundial da Fotografia"	19.08.2022	X	
	"Dia Mundial da Alimentação"	16.10.2022	18.10.2022	
	"Dia Internacional do Chá"	15.12.2022	X	
	"Puzzles"			
	"Jogo do Stop"			
	"Objetos Curiosos"			
Estavam previstas 52 atividades de estimulação cognitiva e mental e foram realizadas 75 atividades (36 em ERPI, e 23 em CD) + (16 CD+ERPI)				

As atividades acima mencionadas, na tabela anterior, identificadas como atividades tipo, foram previamente programadas no Plano Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social do ano 2022 (PAADPS) de acordo com os gostos, expectativas e necessidades dos utentes, divididas nas diferentes



Gestão da Intervenção Sénior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 12/14

áreas: "Lúdico-Recreativas"; "Sociais e Culturais"; "Expressão Motora"; "Conhecimento e Valorização Pessoal", "Religiosas", "Desenvolvimento Cognitivo/Mental".

Em relação ao número de utentes previsto no PAADPS2022, este foi estipulado de acordo com a possibilidade de haver uma normalidade da situação pandémica voltando as atividades a serem realizadas em simultâneo nas duas respostas sociais (ERPI e CD), no entanto manteve-se a regra de separação de funcionamento até outubro de 2022, pelo que o planeamento semanal de atividades foi alvo de ajustes de modo a assegurar as mesmas atividades nas duas respostas sociais, de modo a existir uma diversificação de atividades socioculturais no sentido da promoção do envelhecimento ativo e interação dos utentes, com frequências diárias, semanais e mensais.

3. *Análise global de resultados*

Em termos globais, podemos referir que durante o ano de 2022 se realizaram um total de 331 atividades (123 em ERPI e 105 em CD), englobando ao número mais 103 no período entre Outubro e Dezembro (meses em que os utentes das duas Respostas Sociais voltaram a desenvolver atividades em conjunto).

Desse total, no período de ausência da responsável pelas atividades socioculturais (entre junho e julho), foram realizadas 48 atividades previstas no PAADPS, pela Estagiária Mariana Morais.

Em suma, estavam previstas no Plano Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social de 2022, 340 atividades, sendo que se realizaram 331.

Desta forma, tendo Portugal sido sujeito ao "Estado de Emergência", no qual nos foram impostas algumas restrições ao funcionamento da Instituição, tal como a divisão entre ERPI e Centro de Dia e também devido a alguns períodos de ausência por parte da responsável pelas atividades socioculturais, referimos que, não nos foi possível cumprir com todas as atividades planeadas.

Ainda assim, cumprimos com os objetivos previstos na realização de atividades de animação nas diferentes áreas, de encontro aos gostos/expectativas dos utentes do Centro Social de N^a Senhora da Conceição.

Foram realizadas outras atividades que não estavam planeadas, mas que durante o ano de 2022, tivemos a oportunidade de desenvolver, quer por iniciativa ou sugestão dos utentes, nomeadamente nas atividades, quer por convites externos, destacando as atividades: "Braços e Outros Laços", realizada pela Rádio Cova da Beira, "Projeto da UBI" – uma parceria com os alunos do Curso Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior", "Juntos pela Ucrânia", "Caça ao Ovo", "Ação de Sensibilização- Altas Temperaturas".



Gestão da Intervenção Sénior Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código:	GIS-RL-01
Edição:	2
Pág.	13/14

[Handwritten signatures and initials in blue ink]

Neste final de ano, pós-pandemia, já foi possível voltar a desenvolver atividades no exterior, bem como a Viagem Anual, que teve como destino "Fátima". Também se realizou a habitual festa de Natal, com os utentes e seus familiares, reforçando com estes, seus laços, a qual contou com a atuação de dois grupos convidados "Cavaquinhos da Academia Sénior da Covilhã", o grupo de jovens "Dança em Movimento", e a atuação por parte das Funcionárias, de modo a promover momentos de interação social e convívio entre os presentes.

Das atividades com maior adesão e participação ativa, destacam-se os passeios ao exterior, as atividades de expressão motora, musicais e as de carácter religioso.

Conclusão

Resumidamente, concluímos que, mesmo com todos os "imprevistos", quase a totalidade das atividades planeadas para 2022 foram realizadas.

Este trabalho só foi possível, com o empenho, dedicação e organização de toda a equipa, de modo a proporcionar aos utentes o máximo de conforto e bem-estar, para que todas as suas necessidades sejam satisfeitas e que a sua qualidade de vida seja promovida. Não poderíamos deixar de enaltecer a importância do apoio prestado quer por familiares, quer pela população que cada vez demonstra mais a sua receptividade, contribuindo assim para a concretização dos resultados obtidos.



Gestão da Intervenção Sénior
Relatório Anual de Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social

Código: GIS-RL-01

Edição: 2

Pág. 14/14

Validação

Aprovado em reunião da Direção a 19/04/2023

Animadora Sociocultural	Diretora Técnica	Presidente	Vice-Presidente	Tesoureiro	Secretário	Vogal	Vogal
Paula Santos	Márisa Pinheiro	Jaime da Silva Chiquita	João José Antunes Mariano	António Júlio Gomes Morgado	M ^{ra} José Nunes Neto	J. Almeida	António da Fonseca Pina

Aprovado em Assembleia Geral de Sócios a 21/04/2023

O Presidente da Assembleia Geral