

Handwritten signatures and initials in blue ink.



PAS

PROPOSTA DE PLANO ATIVIDADES SAD

JANEIRO A DEZEMBRO 2016

EQUIPA DO SAD

PAULA FERRAZ DA SILVEIRA
Elaborado em reunião com equipa do SAD e aprovado em ASSEMBLEIA GERAL EM 30 de NOVEMBRO DE 2015



SAD – Proposta de Plano de atividades para 2015/2016

Objetivo I:

Apoiar os utentes na satisfação das suas necessidades/ atividades básicas de vida diária, prevenir situações de dependência, promover a autonomia e potenciar o conforto, o bem-estar e a plena integração social da nossa população.

Calendário	Atividades/Serviços	Indicadores
Ao longo do ano	Higiene Pessoal e Cuidados de imagens.	Nº de Serviços Contratualizados/ Efetuados; Grau de satisfação *
	Higiene Habitacional	Nº de Serviços Contratualizados/ Efetuados; Grau de satisfação *
	Alimentação	N.º de Serviços Contratualizados/ Efetuados; Grau de satisfação *
	Tratamento de roupa	Nº de Serviços Contratualizados/ efetuados; Grau de satisfação *
	Acompanhamento ao Exterior e aquisição de bens e serviços.	N.º de Serviços Contratualizados/ efetuados; Grau de satisfação*
	Cuidados Pessoais e de Saúde	N.º de Serviços Contratualizados/ Efetuados; Grau de satisfação*



Acompanhamento Psicossocial	N.º de Pedidos efetuados/ N.º de pedidos atendidos; Grau de satisfação*;
Estudo sobre o estado mental (como despiste), a depressão, a solidão e a qualidade de vida dos nossos utentes (EM FASE DE CONCLUSÃO)	N.º utentes/ n.º de participantes; Resultados obtidos
Serviço de Teleassistência	N.º de Utentes Grau de satisfação*
Atividades de Animação/Socialização:	N.º atividades propostas/ realizadas
Dinamizar ações e atividades desportivas, culturais e recreativas em rede;	N.º de Participantes
• Eixo envelhecimento - *Agenda Cultural Sénior 2016:	Grau de satisfação
**Atividades desportivas intergeracionais – ver em anexo calendarização do “desporto sénior”	
• Atividades de Estimulação Motora e Cognitiva	
• Celebração de Aniversários – (Nas datas em que acontecem)	
• Festas ***Agenda Cultural Sénior 2016/mensal –ver em anexo calendarização da Agenda Cultural Sénior 2016	
• Rastreios	
• Ações de Informação/ Sensibilização	

3



* É aferido o grau de satisfação dos nossos clientes através da realização de um inquérito de satisfação. ** - Desporto sénior - ***agenda cultural sénior mensal

SAD – Proposta de Plano de atividades para 2015/2016

Objectivo II:

Avaliar o trabalho desenvolvido, identificar situações passíveis de melhoramentos e introduzir as necessárias correções de forma a promover a melhoria continua dos serviços prestados, no âmbito do Processo de Gestão da Qualidade.

Calendarização		Atividades	Indicadores
Janeiro	Data a definir	Reunião conjunta com todos os colaboradores	N.º de Participantes N.º de sugestões/correções propostas
Outubro	Data a definir	Reunião conjunta com colaboradores, clientes e familiares para definição do PAS*.	N.º de participante Grau de satisfação em relação às atividades planeadas e executadas N.º de propostas apresentadas
Novembro	Data a	Aplicação de um questionário de satisfação aos nossos	N.º de Inquéritos realizados

4

Handwritten signatures and initials in blue ink.



	definir	clientes.	N.º de insatisfações aferidas
--	---------	-----------	-------------------------------

*PAS- PLANO ATIVIDADE SAD

Plano elaborado pela Equipa do Sad

Outubro. 2015

***** AGENDA CULTURAL SÉNIOR 2016**

Eixo envelhecimento (atividades mensais)

Mês	Dia A definir	Horário A definir	Atividade	Local A definir	Recursos		Participa (X)		N.º de participantes previsto
					Internos	Externos	Sim	Não	
Janeiro			- Reunião conjunta equipa do SAD (avaliação e qualidade dos serviços) CSVSN	CSVSN	X	X			
			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h (1X SEMANA CSVSN)	CSVSN	X	X			

5



	6 janeiro 4ª feira		-Cantares dos avos (ACS)		X	X			
Fevereiro			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X			
	12 fevereiro 3ªfeira		-Carnaval (ACS) e Dia dos namorados		X	X			
Março			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X			
	18 março		-Dia da felicidade (ACS)		X	X			

6

Handwritten signatures and initials in blue ink.



	6ªfeira							
	21 de março 2ª feira		- Primavera		x	x		
	Decoração do "esp@ço ge@rcoes/senior" com os utentes e equipa do SAD conforme as estações do ano e outras datas festivas							
Abril			-DESPORTO SENIOR-4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X		
Abril	22 abril 6ª feira		-Dia do livro e da liberdade (ACS) (Memórias do 25 abril feito em 2015)					

7



			-Festival da universidade Sênior (ACS)		X	X		
			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X		
Maio	20 maio 6ª feira		-Dia da Família (ACS)		X	X		
			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X		
Junho	-18 JUNHO SABADO		-4º ANIVERSARIO-CSVSN		X	X		
	- 21 de junho 3ª feira		-Verão		x	x		
	Decoração do "esp@ço ge@rcoes/senior" com os utentes e equipa do SAD conforme as estações do ano e outras datas festivas							

8

Handwritten signatures and initials in blue ink.



	24 junho 6ª feira		-Santos populares (ACS) Arraial		X	X			
			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X			
Julho	8 julho 6ªfeira) (feriado municipal)		- "Idade de Ouro" (ACS)		X	X			
	26 de julho 3ª feira		- Dia dos avos		X	X			
Agosto			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X			



	19 de agosto 6ª feira		-Exposição de fotografias dos utentes das IPSS - dia mundial da fotografia - Eixo envelhecimento (ACS)		X	X			
			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h		X	X			
Setembro	21 de Setembro 4ª feira		Outono		X	X			
	Decoração do "esp@ço ge@rcoes/senior" com os utentes e equipa do SAD conforme as estações do ano e outras datas festivas								

Handwritten signature and initials in blue ink.



	21 de setembro 4ª feira		-Receção dos idosos da rede social de Penafiel (intercambio do convívio em 2015)- "DIA DA PAZ" (ACS)					
Outubro			-reunião com equipa SAD, clientes e familiares para definição e avaliação do PAS	X	X			
			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h	X	X			
	7 outubro 6ª feira Dia Internacional do Idoso		-Comemoração do dia Internacional do Idoso (missa, almoço, animação) (ACS)	X	X			
Novembro			-aplicação de questionários/inquéritos de satisfação aos utentes, famílias e equipa do SAD	X	X			



			-DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h	X	X			
	11 novembro 6ª feira		Comemoração do S. Martinho (ACS)	X	X			
Dezembro	18 DE DEZEMBRO		- FESTA DE NATAL DO SAD/ CSVSN -DESPORTO SENIOR 4ª fª das 11H/12H e/ou das 15h/16h	X	X			
	16 Dezembro 6ª feira		-Concerto de Natal Encerramento da agenda cultural Sénior 2016 (ACS)	X	X			

Handwritten signature and initials in blue ink.



21 dezembro	Inverno						
4ª feira							
Decoração do "esp@ço ger@coes/senior" com os utentes e equipa do SAD conforme as estações do ano e outras datas festivas							
Dinamizar ações e atividades desportivas, culturais e recreativas em rede	Eixo envelhecimento	***Agenda Cultural Sênior 2015- (ACS)					

PAS – SAD- (cont.)

PROPOSTA DE PLANO DE ATIVIDADES SEM CALENDARIZAÇÃO 2016

ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO / CULTURA	OBJETIVOS	CALENDARIZAÇÃO A DEFINIR
- Formação em informática para utentes do SAD	Promover a formação ao longo da vida	
- Bossia senior em intercambio com outras IPSS	Promover o convívio, comunicação e ocupação de tempos livres	
- Intercambio com IPSS CLAP – em 2015 vieram ao CSVSN	Conhecer outras realidades e IPSS e promover o convívio	
- Sessão de esclarecimento "burlas" (GNR)	Formar para a segurança	
- Visita ao museu " Amadeo de Souza Cardozo"	Promover momentos de interesse cultural	
- Passeio com piquenique aos "moinhos de Celorico"	Promover o convívio, comunicação e ocupação de tempos livres	
- Sessões de cinema	Promover momentos de interesse cultural	
- Visita ao parque aquático de Amarante	Promover o convívio	

13



- Teatro	Promover momentos de interesse cultural	
- Ações de sensibilização para idosos e equipa do SAD	Promover a formação ao longo da vida	
- Sessões de educação musical	Promover a formação e a elaboração dos próprios instrumentos musicais (com garrafas, garrações, paus, ferros)	
- Apresentação e divulgação do estudo do grupo TAD/RCT- qualidade de vida, solidão e saúde mental		

14

Handwritten signatures and initials in blue ink.



SAD-ANIVERSARIOS EM 2016

	Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Obs.:
JANEIRO								
FEVEREIRO								
MARÇO								
ABRIL								
MAIO								
JUNHO								
JULHO								
AGOSTO								

15



SETEMBRO								
OUTUBRO								
NOVEMBRO								
DEZEMBRO								
NOTAS/obs.: Aniversários utentes em <u>finis-de-semana</u> e/ou feriados "felicitar" no dia seguinte								

16

Handwritten signature and initials in blue ink.



Anexos

Organização Desporto Sénior -

**Atividades desportivas intergeracionais

Nota: – enviado por email com a grelha preenchida em 25 de maio de 2015 para a rede social-Eixo envelhecimento

Entidade: CENTRO SOCIAL VALE SANTA NATÁLIA

Modalidade desportiva	Dia(s) da semana preferenciais	Horário (s) preferencial (ais)	Previsão do número de idosos	Atividade a realizar na instituição e/ou através das piscinas	
				Sim	Não
-Socio afectivo -Aprendizagem motora -Habilidades motoras	Quarta - feira (s)	11h – 12h 15h – 16h	10 / 12	SIM	

**Atividades desportivas intergeracionais

17



BOAS PRÁTICAS

SAD:

Enquanto resposta social que "presta cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito"

Objetivos SAD:

- a) Concorrer para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e famílias;
- b) Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- c) Contribuir para a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, retardando ou evitando o recurso a estruturas residenciais;
- d) Promover estratégias de desenvolvimento da autonomia;
- e) Prestar os cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes, sendo estes objeto de contratualização;
- f) Facilitar o acesso a serviços da comunidade;
- g) Reforçar as competências e capacidades das famílias e de outros cuidadores".

Para a concretização dos referidos objetivos, o SAD deve proporcionar um conjunto diversificado de **cuidados e serviços**, em função das necessidades dos utentes.

O SAD deve reunir condições para prestar, pelo menos, quatro dos seguintes cuidados e serviços

- a) Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- b) Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- c) Fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica;

18

Handwritten signatures and initials in blue ink at the top right of the page.



- d) Tratamento da roupa do uso pessoal do utente;
- e) Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade;
- f) Serviço de teleassistência".

Ainda, poderá assegurar outros serviços, designadamente:

- a) Formação e sensibilização dos familiares e cuidadores informais para a prestação de cuidados aos utentes;
- b) Apoio psicossocial;
- c) Confeção de alimentos no domicílio;
- d) Transporte;
- e) Cuidados de imagem;
- f) Realização de pequenas modificações ou reparações no domicílio;
- g) Realização de atividades ocupacionais.

Princípios de atuação:

- a) Qualidade, eficiência, humanização e individualização;
- b) Interdisciplinaridade;
- c) Avaliação das necessidades do utente;
- d) Reserva da intimidade da vida privada e familiar;
- e) Inviolabilidade do domicílio e da correspondência;
- f) Participação e corresponsabilização do utente ou representante legal e dos seus familiares, na elaboração do programa de cuidados e serviços.

Tratando-se o SAD de uma resposta social prestada em proximidade, no domicílio do utente e que proporciona um conjunto diversificado de **cuidados e serviços**, em função das necessidades dos utentes, é previsto que cada IPSS desenvolva aquele programa de cuidados e serviços de forma diferenciada, pois terá de ser adequado também ao meio em que tal resposta é desenvolvida, pese embora o respeito pela generalidade dos objetivos e dos princípios de atuação.

(...)



Podem ser consideradas boas práticas as iniciativas que, além de responderem ao estipulado legalmente, pela sua importância e pertinência trazem aos utentes em regime de SAD, às suas famílias e cuidadores um aumento da qualidade de vida dos utentes; tomando-se assim, exemplos de práticas a reproduzir por outras instituições que não as tinham como ações na efetivação do seu apoio em âmbito de SAD.

Neste sentido, a partilha de boas práticas pelas diferentes instituições que desenvolvam esta resposta mostra-se como sendo essencial para a disseminação das mesmas, possibilitando que a instituição deixe de funcionar de forma auto-centrada, conhecendo a forma como outras instituições estão a levar a efeito a sua prática, e passando a partilhar o seu trabalho com outras instituições congéneres, o que por si só é, também, uma boa prática. Porque na informação partilhada está o ganho, este guião pretende ser uma mais-valia para todos aqueles que estão direta e/ou indiretamente ligados a esta vertente social: dirigentes, utentes e respetivas famílias, equipas técnicas e cuidadores. Tudo em prol do desenvolvimento de um serviço de qualidade tendo como premissa básica o serviço focalizado no utente.

(...)

"Ao que se faz"

Modos de atuação, considerados como inovadores:

- Complementaridade na gestão de recursos quer institucionais como sejam físicos, humanos, materiais, quer familiares, uma vez que estes muitas vezes não existem ou são diminutos, de forma a garantir um serviço de maior qualidade e profissionalismo.
- Criar e/ou desenvolver instrumentos de avaliação no sentido de analisar as condições técnicas e logísticas em que se prestam os cuidados aos utentes nos seus domicílios. Assim, procedendo-se a uma avaliação a este nível é possível mensurar a concretização dos objetivos e denotar se os mesmos se encontram adequados ou não a cada situação específica.
- Reuniões diárias entre a coordenação e as equipas, que garantem o SAD;
- Apoio psicossocial tanto através de visitas domiciliárias e atendimentos de monitorização, como através de atendimentos para "mediação familiar", sendo estes últimos primordiais para a sensibilização dos familiares e cuidadores dos utentes promovendo, desta forma, uma maior autonomia dos mesmos.
- Criação de momentos e instrumentos de articulação entre a família e os cuidadores (formais e informais), sensibilizando-os, informando-os e apoiando-os nos cuidados a prestar aos utentes.

(...)

Handwritten signature and initials in blue ink.



SAÚDE

- Planos de prevenção de quedas;
- Apoio em situações de emergência;
- Serviço de recolha de análises clínicas;
- Marcação de consultas médicas e distribuição de medicação em caixas próprias com a monitorização e acompanhamento dos familiares;
- Avaliação de valores de glicemia, tensão arterial, peso, em articulação com equipas médicas;
- Serviço de Fisioterapia ao domicílio;
- Articulação com os serviços de saúde que se estende, também, aos cuidadores, que necessitem de cuidados ao nível psicológico.

ANIMAÇÃO/CULTURA

- Inclusão nos projetos da instituição, em que os utentes possam aderir e participar;
- Realização de festas/convívios;
- Comemorações de aniversários;
- Sessões de educação musical;
- Passeios, festejos dos santos populares e outros eventos levados a efeito pelas autarquias.

BEM-ESTAR

- Sessões de educação física;
- Serviço de cabeleireiro e manicure;
- Acompanhamento ao exterior (compras, farmácia, consultas, pagamentos);
- Utilização de ajudas técnicas sempre com o objetivo da autonomização dos utentes;
- Acompanhamento ou realização de compras no exterior;
- Garantir, por exemplo, lenha, água e luz (portátil e recarregável) nas habitações dos utentes;
- Levantamento do correio e leitura de correspondência (caso necessário e autorizado).

21



ORGANIZAÇÃO e GESTÃO

- Avaliação da satisfação dos utentes através de um questionário elaborado para o efeito;
- Elaboração de um guia de acolhimento para os voluntários;
- Criação de um guião de procedimentos internos, para os ajudantes familiares relativamente sua atuação profissional com os utentes;
- A alargamento do horário de funcionamento do serviço de SAD;
- Coordenação Técnica contactável 24h por dia no sentido de permitir qualquer intervenção, em tempo e em qualquer situação;
- Ficha de registo de ocorrências ao nível social e saúde [intervenientes, histórico, problemas (como surgiu, intervenientes, solução)];
- Pagamento da mensalidade sem se deslocar à instituição.

FAMÍLIA E CUIDADORES

- Realização de ações de informação/sensibilização e formação para cuidadores formais e informais;
- Criação de um gabinete para o cuidador.

Sem prejuízo do cumprimento dos objectivos previstos as instituições manifestaram que a melhoria da qualidade de vida dos utentes e famílias, a prestação de serviços e de cuidados e serviços adequados às necessidades dos utentes, assim como a permanência dos utentes no seu meio habitual de vida, são primordiais.

(...)

Baseado no manual de boas praticas elaborado por:



22