Casa do Povo de Tabuado

Centro Social Interfreguesias Tabuado, Várzea Aliviada e Folhada

PLANO DE ATIVIDADES 2019

Rua Dr. Amadeu da Encarnação, nº 445 - 4635-485 TABUADO * Marco de Canaveses * Porto * Portugal
Telefone: 255 141283 *
NIPC: 500952442

Introdução:

O Plano de Atividades para 2019, após discussão e aprovação em Assembleia Geral enumera um conjunto de atividades a desenvolver pela Casa do Povo de Tabuado – Centro Social Interfreguesias (CSI). À semelhança dos anos anteriores este Plano foi elaborado pela Diretora Técnica e pela Direção tendo por base as necessidades e interesses dos utentes da Instituição, assim como algumas sugestões das colaboradoras.

Finalidade

Este documento permite orientar a ação de todos os atores envolvidos na gestão e implementação dos serviços da Instituição, ação que será norteada por objetivos que se enumeram nas linhas seguintes:

Objetivos Gerais

- Aumentar a qualidade da prestação dos serviços, continuando a implementação de medidas do sistema de Higiene e Segurança Alimentar, de medidas de Higiene e Segurança no trabalho e das ações de formação para colaboradores.
- Dar continuidade à promoção do trabalho de equipa entre todos os colaboradores da Instituição através da dinamização de atividades.
- Continuar a implementar ações para aumentar a sustentabilidade da organização, através da diversificação das fontes de financiamento, tais como, atividades de angariação de fundos, divulgação de produtos artesanais confecionados pelos utentes, candidaturas a projetos financiados, entre outros.
- Continuar a promover o desenvolvimento comunitário, através da realização de atividades em parceria com outras entidades da comunidade.
- Solidificar a importância da Instituição na comunidade, através da realização de iniciativas que promovam o contacto e a coesão entre os associados, orgãos sociais, colaboradores e utentes dos serviços.

- Dar continuidade à interação da Instituição com a Administração Regional de Saúde para reforçar o trabalho das duas entidades junto da comunidade.
- Realizar as diligências necessárias para assegurar as condições de segurança dos utentes.

Objetivos Específicos

- Realizar candidatura ao PROCOOP, (aquando abertura do período de candidaturas) para o alargamento do protocolo de cooperação com o Instituto da Segurança Social para a resposta de Serviço de Apoio Domiciliário.

- Responder às solicitações e exigências do Instituto da Segurança Social, para o cumprimento dos acordos de cooperação para as respostas de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário.

- Proceder a candidaturas a concursos externos visando a aquisição bens e serviços necessários ao bom funcionamento da Instituição.

- Promover a realização de ações de sensibilização sobre temas do interesse dos utentes de Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia.

- Dar continuidade à distribuição mensal de cabazes de alimentos a famílias carenciadas, através do protocolo estabelecido com o Banco Alimentar Contra a Fome.

- Continuar com a implementação das normas de higiene e segurança e aperfeiçoar as medidas já adotadas, atualizando-as de acordo com a legislação em vigor.

- Proceder às alterações necessárias para regularizar o projeto de segurança contra incêndios.
- Aumentar as iniciativas para a promoção da participação e envolvimento dos clientes do SAD nas Atividades Socioculturais, Recreativas e de Desenvolvimento Pessoal.
- Continuar com a dinamização de atividades regulares desportivas e as oficinas de artes manuais e expressões dinamizadas regularmente no Centro de Dia.
- Melhorar o "Espaço de Partilha" que recolhe roupas, roupa de cama, utensílios, material ortopédico e ajudas técnicas, para ser usado pelos utentes que manifestem carências económicas.
- Revitalizar a prática de voluntariado nas diversas atividades da Instituição.
- Realizar um questionário de satisfação, por ano, junto dos utentes das duas valências.
- Implementar um Sistema de Avaliação do Desempenho para todos os que colaboram com a Instituição.
- Realizar, pelo menos uma atividade anual com vista a promover o convívio e a interligação entre os sócios, utentes, colaboradores e voluntários da instituição.

Atividades Gerais da Casa do Povo de Tabuado – CSI

Atividades	Descrição	Periodicidade	Objetivos
Reunião mensal da direção	Reunião entre os elementos da direção.	Mensal	Debater e decidir sobre a organização e funcionamento da Instituição a curto, médio e longo prazo.
Reunião semanal dos colaboradores	Reunião breve, Reunião breve, anterior ao início da prestação dos serviços entre a diretora técnica as colaboradoras.	Semanal	Debater todas as questões inerentes à prestação dos serviços aos utentes, organizar e reorganizar, sempre que necessário, a prestação dos serviços. Realizar alterações de serviços decorrentes de possíveis imprevistos.
Reunião mensal dos colaboradores e direção	Reunião entre a diretora técnica, colaboradores e Direção.	Mensal	Debater todas as questões inerentes à prestação dos serviços aos utentes, organizar e reorganizar, sempre que necessário, a prestação dos serviços. Discutir e estabelecer normas de funcionamento, necessidades sentidas pelas colaboradoras e utentes.
Reunião quadrimestral com utentes e familiares	Reunião entre a Diretora Técnica, utentes e seus familiares.	Bianual	Partilhar com os utentes e familiares informações relativas ao funcionamento de Centro de Dia e SAD, partilhar os constrangimentos sentidos por todas as partes, questionar a satisfação com os serviços prestados, auscultar propostas de melhoria dos serviços.
Articulação com Rede Social da Câmara Municipal do Marco de Canaveses	Participação nas reuniões de CLAS e outras iniciativas dinamizadas pela Rede Social.	Mensal	Participar e contribuir com os serviços de ação social para a dinamização de ações de solidariedade social mais eficientes e concertadas.

Banco Alimentar Contra a Fome.	Participar nas campanhas de recolhas de bens alimentares. Deslocação a Perafita para receber os alimentos distribuídos pelo Banco Alimentar Porto e proceder à entrega de cabazes mensais às famílias sinalizadas.	Mensal	Apoiar as famílias carenciadas da comunidades no sentido de melhorar a sua alimentação.
Visitas de Acompanhamento.	Visitas aos utentes de SAD	Trimestral	Visitar os utentes de SAD para auscultação das suas necessidades e adequar os serviços prestados.
Formação para colaboradores	Dinamização de ações de formação para os colaboradores da Casa do Povo e Tabuado.	Datas a definir	Melhorar a qualidade dos serviços prestados pelos colaboradores da Instituição.
Realização de questionário de satisfação junto dos utentes das duas valências.	Aplicação e análise de questionário de avaliação de qualidade e satisfação junto dos utentes das duas valências.	Janeiro e outubro	Discutir os resultados obtidos nos questionários para delinear soluções e estratégias com vista à melhoria da qualidade dos serviços prestados
Atualização anual das comparticipações familiares.	Pedido de documentação atualizada para cálculo das comparticipações familiares.	De janeiro a março	Aumentar os recursos das comparticipações familiares devidas pela prestação dos serviços, de forma justa e adequada às exigências legais.
Realização de passeio anual	Participação de sócios da casa do Povo, utentes e todos os colaboradores.	Data a definir	Promover a coesão social entre os elementos identificados com a Instituição.
Aniversário da Instituição	Celebração de eucaristia. Exposição de fotografia alusiva à história da Instituição. Espetáculo comemorativo.	27 de janeiro	Promover a Instituição e a sua ação junto da comunidade local.

Comemoração do Carnaval	Preparação de fantasias de carnaval e participação no cortejo da ACRT-Tabuado.	Fevereiro	Participar e apoiar atividades dinamizadas pela comunidade local.
Participação nas Sendas do Almocreve	Participação no Evento "Sendas do Almocreve" dinamizado pelo Grupo Desportivo de Tabuado, com uma banca de "Sai sempre"	Maio	Participar e apoiar atividades dinamizadas pela comunidade local. Angariar fundos para a Instituição
Festa da Primavera	Realização de festa com animação musical aberta à comunidade.	Abril (Data a definir)	Angariar fundos para a Instituição. Fomentar as relações entre a Instituição e a comunidade local.
Comemoração dos Santos Populares – S. João.	Sardinhada Solidária com arraial popular	Junho (Data a definir)	Angariar fundos para a Instituição. Promover do convívio entre a Instituição e a comunidade local.
Realização da IV Caminhada das Vindimas.	Realização de uma caminhada solidária aberta à comunidade.	Outubro (Data a definir)	Angariar fundos para a Instituição. Fomentar as relações entre a Instituição e a comunidade local.
Comemoração do Dia de S. Martinho.	Almoço e magusto com direção, utentes e colaboradores da Instituição.	11 de Novembro.	Dinamizar atividades recreativas para utentes de SAD e Centro de Dia. Combater o isolamento, nomeadamente nos utentes de SAD.
Jantar de Natal	Realização de jantar de Natal para utentes, colaboradores e comunidade local, com animação de grupo coral infantil	Início de Dezembro	Angariar fundos para a Instituição. Promover o convívio entre a Instituição e a comunidade local.

Participação nos "Cânticos de Natal"	Ensaio dos utentes e funcionários para participação no encontro de grupos corais: Cânticos de Natal.	Dezembro	Participar e apoiar atividades dinamizadas pela comunidade local.
Lanche de Natal	Realização de lanche-convívio entre direção, colaboradores e utentes de Centro de Dia e SAD.	23 de Dezembro.	Dinamizar atividades recreativas para utentes de SAD e Centro de Dia. Combater o isolamento, nomeadamente nos utentes de SAD.
Despedida de 2019	Realização de lanche-convívio entre membros dos órgãos sociais, utentes, colaboradores e voluntários		Lanche de despedida de 2019, com apresentação multimédias das atividades desenvolvidas ao longo do ano e dinâmicas de grupo para partilha de desejos e projetos para 2020.

Atividades Especificas de Centro de Dia

Atividades	Descrição	Periodicidade	Objetivos
Atividades Físicas e Motoras	Realização de atividades físicas e motoras com os utentes de Centro de Dia.	2 Sessões por semana	Promover a saúde dos utentes; Combater o sedentarismo; Desenvolver as capacidades físicas e intelectuais através de tarefas simples de movimentação articular e muscular.
	Hidroginástica – Realização de duas aulas mensais nas piscinas municipais.	2 Sessões por mês	
Treino da Escrita/Alfabetização	Atividades de treino de escrita e leitura	Semanal	Desenvolver a motricidade fina e estimular a capacidade de memorização e concentração dos utentes.
Avaliação e Estimulação Cognitiva e Funcional	Realização de Avaliação Multidemensidonal dos Utentes do Centro de Dia e SAD. Realização com os utentes de Centro de Dia de exercícios de reconhecimento e manipulação espacial; exercícios de tarefas verbais; jogos de reconhecimento da sua própria imagem; exercícios de memórias recentes, imediata, episódica e semântica; jogos de destreza manual; exercícios de leitura e escrita; jogos de	Realização das avaliações para o utentes que já frequentam as resposta e para os novos utentes. Realização semanal de exercícios de estimulação cognitiva com os utentes de Centro	Identificar a estado cognitivo e funcional individual de cada utente, para adequar, sempre que possível as atividades e as formas de intervenção. Aumentar a atividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e prevenir o surgimento de doenças degenerativas. Promover e desenvolver a capacidade de orientação, estimular a capacidade de memorizar, trabalhar a atenção e concentração.

	diferenças; exercícios de compreensão/conhecimento numérico e cálculo; jogos de atenção.	de Dia.	
Clube de Leitura	Atividade de leitura contos conhecidos dos utentes de Centro de Dia ou sugeridos pela monitora. Disponibilização de jornais locais e nacionais. Leitura em grande grupo de jornais/revistas e discussão dos temas que mais interessaram aos utentes, para posterior divulgação no "Mural das Noticías".	Mensal	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual. Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio. Desenvolver o sentido da própria identidade, e, quando oportuno o convívio intergeracional
Atelier da memória	Estimulação das memórias e vivências das suas vidas, com o objetivo final de realizar uma coletânea de informações/vivências que permitam a realização de um livro de memórias (saberes culturais, gastronómicos, lúdicos e sociais).	Mensal.	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual. Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio. Desenvolver o sentido da própria identidade, através da partilha das vivências dos utentes.
Oficinas de Expressão Plástica	Atividades de artesanato e expressão plástica a dinamizar com os utentes do Centro de Dia.	2 Sessões por mês.	Desenvolver a criatividade, a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora.

Oficina das Expressões	Atividades de Expressão Dramática e Expressão Musical	2 Sessões por mês.	Desenvolver a criatividade. Dinamizar atividades recreativas e culturais. Desenvolver a atenção e a memória através de atividades expressão dramática e musical.
Jogos de Mesa	Disponibilização de diversos jogos de mesa para os utentes do Centro de Dia.	Semanal	Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio.
Atelier de Culinária	Confeção de receitas culinárias com os utentes do Centro de Dia.	Mensal	Desenvolver a criatividade, a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora. Proporcionar aos utentes a partilha de receitas e saberes culinários tradicionais
Comemoração de Dias Festivos			
Comemoração do "Dia de Reis"	Realizar espetáculo com canções de Reis cantadas para pelos utentes para as crianças da escola e os familiares que possam estar presentes em lanche-convívio.	6,7 e 8 de Janeiro	Dinamizar atividades recreativas com vista ao combate ao isolamento e à promoção do convívio intergeracional.

Comemoração do Dia de S. Valentim	"Cartas de Amor" Pintura de lenços, ou outros artigos têxteis, à semelhança dos tradicionais lenços dos namorados do Minho. Montagem de uma montra alusiva ao Dia dos Namorados na Janela de Vidro da Instituição, com cartas trocadas entre os utentes e outras lembranças (ex: peças de enxoval com iniciais)	14 de Fevereiro.	Promover iniciativas de diversão/convívio que fomentem a participação ativa de idosos.
Comemoração do Dia da Mulher	Construção de um placard coletivo entre utentes, direção e colaboradores, com imagens, textos e recordações sobre as mulheres das suas vidas ou sobre as suas próprias experiências enquanto mulheres.	8 de Março	Valorizar a importância do papel da mulher assim como a igualdade de género na sociedade atual.
Comemoração do Dia da Árvore	Atividades de jardinagem e artes manuais para o embelezamento do espaço exterior.	Semana de 12 a 21 de Março.	Desenvolver a motricidade, a precisão manual,a coordenação psicomotora e o contacto com a natureza.

Celebração da Semana Santa	Atividades de reflexão espiritual e religiosa.	Março	Possibilitar ao utentes que assim o desejem momentos de reflexão espiritual e religiosa.
Comemoração do Dia Mundial da Saúde	Realização, em colaboração com a equipa da Unidade de Saúde Familiar várias atividades ao longo do dia para a promoção de hábitos saudáveis.	7 de Abril	Contacto com profissionais de saúde para o esclarecimento de dúvidas e partilha de cuidados e informações úteis sobre temas de saúde.
Comemoração do Dia do Livro	Balanço das atividades realizadas no Clube de Leitura (votação no livro preferido pelos utentes, de entre os livros abordados ao longo do ano.)	23 de Abril	Prevenir o envelhecimento cognitivo e intelectual. Desenvolver a atenção, a memória e o raciocínio. Desenvolver o sentido da própria identidade, e, quando oportuno o convívio intergeracional
Celebração das aparições de Fátima	Emissão da eucaristia do Santuário de Fátima na televisão do Centro de Dia.	13 de Maio	Possibilitar aos utentes que assim o desejem momentos de reflexão espiritual e religiosa.
Comemoração do Dia da Criança	Confeção de brinquedos artesanais, que serão entregues na CPCJ do Marco de Canaveses.	1 de Junho	Desenvolver a criatividade, a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora. Divulgar junto dos utentes entidades de utilidade pública e suas funções. Participar ativamente em iniciativas comunitárias.
Comemoração dos Santos Populares – Santo António	Realização de um concurso de quadras e ensaio de uma marcha. Convite à participação das escolas e organização de evento com as marchas e concurso de quadras elaboradas por cada uma destas	13	Dinamizar atividades com vista à promoção do convívio geracional e enriquecimento cultural.

	entidades.		
Comemoração do Dia dos Avós	Lanche -convívio para os avós e netos do Centro de Dia	26 de Julho	Fomentar laços afetivos entre avós e netos. Refletir sobre a importância da família para os idosos. Promover o convivío Intergeracional.
Comemoração do dia da fotografia	Sessão fotográfica com os utentes do Centro de Dia.	19 de Agosto	Dinamizar atvidades que proporcionem aos utentes a descoberta de novas experências assim como momentos de diversão e convívio.
Baile das Tradições	Organização de uma desfolhada e de um baile "à moda antiga" com a participação de outras Instituições convidadas.	Setembro/Outubro	Dinamizar atividades com vista à promoção do convívio geracional e enriquecimento cultural.
Comemoração do Dia do Idoso	Dinamização de um espetáculo para os utentes de todos os centros de dia do concelho, em parceria com outras entidades da comunidade e com a C.M.M.C.	1 de Outubro	Valorizar o papel do idoso na sociedade. Proporcionar momentos de diversão. Celebrar o dia comemorativo.
Celebração das aparições de Fátima	Emissão da eucaristia do Santuário de Fátima na televisão do Centro de Dia.	13 de Outubro	Possibilitar aos utentes que assim o desejem momentos de reflexão espiritual e religiosa.
Comemoração do Dia da Alimentação	Realização de almoço com receitas inovadoras e saudáveis.	16 de Outubro	Dinamizar iniciativas de sessões de informação/ formação com vista à aquisição e /ou adequação do hábitos e estilos de vida saudáveis.

Oficinas de Natal	Confeção de artigos artesanais e decorações para o Natal. Confeção de artigos de decoração para a sala de convívio do Centro de Dia. Realização de um presépio	Durante o mês de dezembro.	Desenvolver a criatividade e a motricidade fina dos utentes. Dinamizar atividades de expressão plástica com os utentes de Centro de Dia. Criar artigos artesanais para serem vendidos e angariar fundos para as atividades manuais realizadas ao longo do ano no Centro de Dia.

Conclusão

Os objetivos e atividades foram apresentados tendo em conta o trabalho desenvolvido até ao momento e a missão da Instituição.

Há semelhança de anos anteriores, alguns destes objetivos transitam de Planos de Atividades anteriores, ou porque ainda não nos foi possível concretizá-los ou porque se referem a atividades que consideramos importante, manter com regularidade.

Será um documento que orientará o trabalho a desenvolver em 2019, no entanto, podem surgir alterações decorrentes da forma como se desenvolverão as respostas e serviços, dos recursos disponíveis ou até das novas oportunidades, ideias e iniciativas que possam surgir.

Este Plano de Atividades realizado pela Direção e Diretora Técnica do Centro de Dia será submetido a aprovação em reunião de Direção e posteriormente em Assembleia Geral.

A Diretora Técnica:

Sara Baldaz

Aprovado em reunião da Direção, em 11 de novembro de 2018

Maria de Fátima Alves Pinto

Carlos Antonio Alves [illegible]

Alcino Magalhães

Emília Paula Monteiro da Cunha

[illegible]

A aprovar em Assembleia Geral no dia 27 de novembro de 2018.

Maria de Fátima Miranda Martins Fascoaes Novais

Antonio de Barros Vieira

Cristina Marisa Freitas da Silva