



CENTRO SOCIAL
DA PARÓQUIA DE LANDIM

LAR RESIDENCIAL
PLANO ANUAL DE ATIVIDADES
2020

*Passam-se os anos e o que fica são as marcas de um tempo vivido,
sentido e vencido*

CECILIA SFALSIN

Lar Residencial

O Lar Residencial promove o apoio social e residencial para as famílias de jovens/adultos com deficiência, que se encontrem impossibilitadas de lhes prestar os cuidados básicos.

Está integrado com as outras respostas e serviços do Centro Social da Paróquia de Landim de modo a garantir abrangência dos serviços e acompanhamentos prestados.

Objetivos

- Proporcionar alojamento a jovens/adultos com deficiência maiores de 16 anos;
- Promover o desenvolvimento e/ou manutenção da autonomia pessoal e social;
- Proporcionar o bem-estar físico e psicológico necessário ao seu equilíbrio global;
- Proporcionar períodos de lazer e entretenimento;
- Facilitar o seu processo de integração social;
- Fomentar a sua participação ativa nas decisões de carácter pessoal;
- Garantir a melhoria da qualidade de vidas das pessoas com deficiência e incapacidades;

Serviços prestados

- Alojamento;
- Fornecimento e apoio nas refeições;
- Cuidado da higiene pessoal e de imagem;
- Tratamento da roupa;
- Higiene habitacional;
- Acompanhamento clínico e Apoio psicossocial;
- Atividades socioculturais e recreativas;
- Acompanhamentos ao exterior;
- Treinos de autonomia pessoal e social;
- Transporte.

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES SEMANAL (Lar Residencial e Centro de Dia)

O plano de atividades encontra-se definido, mas poderá ao longo do ano sofrer alterações de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades, provenientes das parcerias estabelecidas na comunidade, quer formais ou informais, sempre em função das necessidades dos utentes.

Horas	Segunda-feira	Horas	Terça- feira	Horas	Quarta-feira	Horas	Quinta-feira	Horas	Sexta-feira
10h30 12h	Natação Adaptada	10h30	Expressão Religiosa (Eucaristia)	10h30	Natação Adaptada	10h 11h	Oficina de Culinária	9h30	Fisioterapia
10h 12h	Oficina de música	11h15	Ginástica Funcional	10h 12h	Expressão oral e escrita	11h 12h	A Horta	11h15 12h	Ginástica Funcional
12h/14h	Almoço	12h/14h	Almoço	12h/14h	Almoço	12h/14h	Almoço	12h/14h	Almoço
14h 16h	Informática	14h 16h	Expressão Plástica	14h 16h	Jogos de estimulação cognitiva	14h30- 16h	Boccia Sénior - Boccia Adaptado	14h	Hidroterapia
								14h 16h	Expressão Plástica
16h	Lanche	16h	Lanche	16h	Lanche	16h	Lanche	16h	Lanche

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES (Lar e Centro de Dia)

Mês	Designação	Descrição	Objetivos específicos	Periodicidade
Janeiro	Dia de Reis	Elaboração de trabalhos manuais alusivos ao tema (coroa de Reis).	Desenvolver a criatividade; Estimular a destreza manual e motricidade fina.	6 de janeiro
	Celebração das janeiras Atividade promovida pela câmara municipal		Incentivar e preservar o gosto pela cultura popular.	Durante o mês de janeiro
	Projeto <i>Ligar Gerações</i>	Ida dos utentes à escola das Caldinhas para ouvir as crianças a cantarem.	Promover a intergeracionalidade.	20 de janeiro
	Campeonato de Boccia		Melhorar a mobilidade articular, a força muscular e a motricidade fina; Promover uma competição saudável.	30 de janeiro
Fevereiro	Comemoração do dia da amizade	Confeção do lanche alusivo ao dia. Decoração da instituição alusiva à data.	Fomentar a interajuda; Criação de laços de amizade e afectividade entre os utentes.	14 de fevereiro
	Carnaval	Decoração da instituição alusiva ao carnaval.	Desenvolver a criatividade; Estimular a destreza manual e motricidade fina;	De 14 a 20 de fevereiro

	Desfile de Carnaval	Desfile de carnaval pelas ruas de Vila Nova de Famalicão.	Preservar tradições.	21 de fevereiro
	Dia do início da Quaresma	Decoração da instituição alusiva à quaresma.	Incentivar e preservar o gosto pela cultura popular.	26 de fevereiro
Março	Dia da Mulher	Realização de sessões de fotografia das utentes para evidenciar a beleza da idade.	Evidenciar a beleza da idade	8 de março
	Dia do Pai/São José	Celebração de uma missa solene. Lanche convívio.	Evidenciar e valorizar a figura paternal; Estreitar laços familiares.	17 de março
	Dia da Primavera	Decoração alusiva à estação do ano.	Comemorar a passagem de estação do ano.	20 de março
	Dia da árvore	Plantação de árvores de fruto na Horta.	Sensibilizar os utentes para a importância da preservação do ambiente; Incentivar os utentes para o cuidado a ter com a plantação.	21 de março
Abril	Dia da atividade física	Experimentação de uma modalidade diferente.	Sensibilizar para a importância da actividade física.	6 de abril
	Sexta-feira santa	Recordação das etapas da Via-sacra. Visualização de um filme sobre o mesmo.	Preservar tradições cristãs.	10 de abril

	Páscoa	Decoração da instituição alusiva ao dia. Eucaristia e beijar da cruz.	Preservar tradições cristãs.	12 de abril
	Dia do livro	Recordar histórias ouvidas.	Desenvolver o gosto pela leitura;	23 de abril
	Dia da liberdade	Decoração da instituição alusiva ao dia.	Preservar tradições.	25 de abril
Maio	Reza do Terço	Realização do terço todos os dias durante o mês.	Dar continuidade de uma prática religiosa patente no meio cultural onde estão inseridos.	1 a 31 de maio
	Visita a Fátima		Dar continuidade de uma prática religiosa patente no meio cultural onde estão inseridos.	Dia a definir
	Dia da Mãe		Evidenciar e valorizar a figura maternal.	3 de maio
	Aparição de Nossa Senhora de Fátima aos Três Pastorinhos.	Realização do terço.	Preservar tradições.	13 de Maio

	Dia da família	Realização da eucaristia ou terço com os utentes e familiares.	Promover a aproximação dos utentes com a família.	15 de maio
Junho	Comemoração dos santos populares	Arraial de Santos populares.	Comemorar os Santos Populares; Proporcionar um fim de tarde agradável.	Dia a definir
	Dia mundial da criança		Promover o convívio intergeracional.	1 de junho
	Dia do Ambiente	Boas práticas de reciclagem; Passeio ao Parque da Devesa.	Incrementar hábitos de reciclagem nos utentes; Compreender a necessidade de preservação do meio ambiente.	5 de junho
	Corpo de Deus	Celebração Eucarística	Celebrar o mistério da Eucaristia, o sacramento do corpo e do sangue de Jesus Cristo.	11 de junho
	Dia de Santo António		Preservar tradições.	13 de junho
	Íncio do Verão	Decoração alusiva à estação do ano.	Comemorar a passagem de estação do ano.	20 de junho

	São João		Preservar tradições.	24 de junho
	São Pedro		Preservar tradições.	29 de junho
Julho	Época balnear		Proporcionar momentos de lazer em contato com a natureza.	Dia a definir
	Comemoração do Dia dos Avós.		Sensibilizar os netos para a importância dos avós.	26 de julho
Agosto	Assunção de Nossa Senhora		Preservar tradições.	15 de agosto
Setembro	Dia da Paz	Decoração alusiva ao tema e mensagens sobre a paz.	Desenvolver a capacidade ao nível emocional.	21 de setembro
	Início do Outono	Decoração alusiva à estação do ano.	Comemorar a passagem de estação do ano.	22 de setembro

	Dia mundial do coração	Sensibilização da problemática das doenças cardíacas; Sensibilização de hábitos saudáveis.	Desenvolver o gosto por hábitos saudáveis.	29 de setembro
Outubro	Dia do Idoso		Desenvolver a capacidade ao nível emocional sobre o “ser idoso”.	1 de outubro
	Desfolhada	Participação numa desfolhada.	Reviver tradições antigas.	Dia a definir
	Dia da Música	Atuação da Escola de Música da Fundação Real Colégio.	Desenvolver o ouvido musical, o sentido rítmico e o reconhecimento musical.	Dia a definir
	Dia da Alimentação	Realização de uma pirâmide alimentar; Acção de sensibilização para hábitos saudáveis feita por uma nutricionista.	Promover a saúde alimentar e prevenir doenças nos utentes; Fomentar e discutir ideias e opiniões; Desmitificar preconceitos.	16 de outubro
	Halloween	Decoração da instituição alusiva ao dia.		31 de outubro

Novembro	Dia de todos os Santos		Preservar tradições.	1 de novembro
	Comemoração do S.Martinho	Realização de magusto.	Preservar tradições.	11 de novembro
Dezembro	Dia da Imaculada Conceição		Preservar tradições.	8 de dezembro
	Dia Mundial da Pessoa com Deficiência	Diálogo com os utentes sobre este tema.	Fomentar o respeito pela diferença; Desmistificar alguns conceitos.	9 de dezembro
	Início do Inverno	Decoração alusiva à estação do ano.	Comemorar a passagem de estação do ano.	22 de dezembro
	Comemoração do Natal	Almoço de Natal com todos os utentes.	Valorizar o espírito natalício entre os utentes.	Dia a definir
	Comemoração do Natal	Decoração alusiva ao Natal	Valorizar o espírito natalício.	1 a 22 de dezembro

	Comemoração do <i>Réveillon</i>	Decoração alusiva <i>Réveillon</i>	26 a 30 de dezembro
--	------------------------------------	------------------------------------	---------------------

- Mensalmente são festejados os aniversários dos clientes.

Recursos Humanos

Para a realização deste plano de atividades é necessário:

- Diretora de serviços;
- Animadora Sociocultural;
- Ajudantes de ação direta;
- Voluntários;
- Enfermeiros.

Metodologia de avaliação

A avaliação é efetuada pela equipa de trabalho, através de métodos de observação direta, de reflexão teórica e de auscultação junto dos clientes, registando a adesão, a participação e o desempenho dos utentes implicados nas atividades. Os indicadores para avaliação das atividades serão o número de participantes na atividade e o grau de satisfação dos utilizadores face à atividade.