

# Centro de Dia de Lentisciais Castelo Branco

---

## Plano de Ação/ Atividades 2016

### CENTRO DE DIA



## Introdução

O plano de Ação/Atividades para o ano de 2016 tem como principal objetivo delinear as atividades que se irão desenvolver ao longo do ano no Centro de Dia de Lentiscais - Castelo Branco, na resposta social de Centro de Dia.

Dado que o nosso país tem vindo a sofrer um fenómeno crescente de Envelhecimento Demográfico, muito presente em Lentiscais, em que a maioria da população tem mais de 65 anos de idade, o Centro de Dia de Lentiscais - Castelo Branco tem como principal missão combater a perda de autonomia, e contribuir para uma melhoria da qualidade de vida dos idosos, clientes da instituição.

Com este plano procuramos dar uma resposta adequada às necessidades dos utentes, tendo em conta os recursos disponíveis.

Desta forma, são apresentadas ao longo do documento atividades que respeitam os hábitos/interesses da população - alvo, e simultaneamente fomentam a sua motivação e conseqüentemente a respetiva participação ativa.

## Fundamentação Social

O envelhecimento é um fenómeno muito próprio, ou seja, é vivido de forma diferente conforme os indivíduos, estes transportam um conjunto de experiências e vivências únicas, que definem a sua identidade pessoal. Assim, naturalmente cada idoso vive e aceita a sua velhice de forma particular, sabemos porém, que os idosos mais ativos normalmente têm uma atitude positiva perante a terceira idade, o que resulta num ultrapassar mais eficaz das eventuais doenças, um menor isolamento social e conseqüentemente uma maior satisfação pessoal.

É usual observar que os idosos tendem a isolar-se socialmente, principalmente em meios rurais, o que origina uma deterioração das capacidades físicas e mentais. Assim, é da responsabilidade dos colaboradores juntamente com a Direção contribuir para a mudança de mentalidades junto dos idosos, a fim de criar um maior envolvimento social.

O Centro de dia de Lentiscais - Castelo Branco tem como principal função social retardar o processo de envelhecimento, assegurando a manutenção da qualidade de vida dos seus clientes. Além de providenciar serviços essenciais, esta instituição procura promover a participação ativa, e a ocupação dos seus utentes.

## Caraterização Institucional

O Centro de Dia de Lentiscais - Castelo Branco iniciou a sua atividade, com a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, a 11 de Novembro de 2000, sediada numa estrutura física provisória e adaptada, cedida pela Associação de Melhoramento de Lentiscais. Ao longo do tempo, esta estrutura sofreu obras de

remodelação a fim de providenciar conforto e segurança, tanto aos clientes como aos colaboradores.

Inicialmente o Centro de Dia dava resposta a 7 clientes, tendo 2 colaboradoras a tempo inteiro (7 dias por semana e feriados).

Atualmente presta apenas a resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, contando com 17 clientes, 1 Diretora Técnica e 6 funcionários no quadro de pessoal. Está igualmente a decorrer um estágio - emprego, medida de emprego apoiada pelo IEFP. Ao longo dos 13 anos de funcionamento, o Centro de Dia já apoiou cerca de 80 habitantes residentes em Lentiscais. Esta instituição também conta com a participação de cerca de 300 sócios efetivos.

O Centro de Dia de Lentiscais - Castelo Branco propõe-se prioritariamente a providenciar a proteção dos cidadãos na velhice e invalidez, e para isso prepara-se para providenciar a resposta social de Centro de Dia para breve.

Este serviço procura facultar cuidados individualizados e personalizados aos clientes, quando estes não podem assegurar temporariamente ou permanentemente a satisfação das suas necessidades básicas, e realizar as atividades de vida diária, por motivo de doença, incapacidade ou outra dificuldade.

Os objetivos do Centro de Dia passam pelo:

- Asseguramento da prestação de cuidados e serviços adequados à satisfação das necessidades e expectativas dos clientes;
- Prevenir situações de dependência e promover a autonomia;
- Promover as relações pessoais e entre as gerações;
- Favorecer a permanência da pessoa idosa no seu meio habitual de vida;
- Contribuir para retardar ou evitar ao máximo a institucionalização;
- Promover estratégias de desenvolvimento da autoestima, da autonomia, da funcionalidade e da independência pessoal e social do utilizador.

O Centro de Dia, fundamentalmente procurará:

- Respeitar o exercício da cidadania, o acesso aos direitos humanos dos clientes;
- Respeitar as diferenças, em termos de: género, condições socioeconómicas, religião, cultura, dos clientes e pessoas significativas;
- Respeitar o projeto de vida desenhado por cada cliente, tendo em conta a sua individualidade, as suas crenças, hábitos de vida, interesses, necessidades e expectativas;
- Providenciar e garantir segurança;
- Envolver os clientes e respetivos familiares e/ou pessoas significativas na gestão do seu processo individual;
- Promover um clima de pertença, valorização pessoal, e respeito mútuo;

- Fomentar o cultivo de relações afetivas entre os clientes, colaboradores e Dirigentes;
- Dinamizar o funcionamento do Centro de Dia de forma a que os clientes se sintam integrados e tenham a oportunidade de partilhar os seus sentimentos, necessidades e interesses;
- Criar um ambiente calmo, flexível e responsável de maneira a que os intervenientes (clientes, colaboradores, dirigentes) se sintam acolhidos, favorecendo o seu desenvolvimento pessoal.

O presente plano de Atividades procura ter em conta as características sociodemográficas dos clientes que residem em Lentiscais, apresentando-se por isso atividades que vão de encontro com o meio em que os mesmos vivem.

O plano de Atividades foi elaborado com a colaboração da população que respondeu a um questionário acerca da sua motivação em relação à abertura da nova resposta social de Centro de Dia.

Por outro lado, no próximo ano de 2016 as medidas económicas de austeridade continuarão a nível nacional, por isso este fenómeno obviamente surte um impacto negativo na gestão financeira das Instituições Particulares de Solidariedade Social, daí que o CDL - Castelo Branco promova atividades com baixos custos, aproveitando os recursos existentes.

Além disso, o Plano de Ação contempla atividades que possam significar receitas para o funcionamento do CDL - Castelo Branco, e para a sustentabilidade desta Instituição, envolvendo sempre a comunidade de Lentiscais.

| Atividades tipo   | Descrição das atividades  | Objetivos  | Metas   | Intervenientes   | Periodicidade                        | Recursos  |  |
|---|---|--|---|--|--------------------------------------|---|--|
|   |   |  |   |  |                                      | Humanos   | Materiais  |
| Lúdicas/<br>recreativas   | Realização de trabalhos manuais.  | Promover o convívio entre os Clientes;<br>Estimular a destreza/movimentos finos dos clientes;<br>Promover a colaboração da comunidade;<br>Criar produtos que possam resultar em receitas, ou se tornem propriedade do CDL. | Participação de 80 % dos clientes.<br>Obter lucro de 50€.     | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora técnica;<br>Direção e Corpos Gerentes;<br>Sócios;<br>População. | Semanal<br>(Segunda e Sexta - Feira) | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                            | Material necessário para a confeção dos artigos - feltro, linhas, tecidos (oferta), agulhas, botões, tintas, tesouras, entre outros. |
| Sociais -<br>Aniversários   | Festejar o aniversário de cada cliente na Instituição.  | Fazer com que seja um dia diferente;<br>Promover o convívio entre os Clientes;<br>Estimular o envolvimento de todos os clientes.   | Participação de 80 % dos Clientes                             | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Cozinheira;<br>Diretora Técnica.   | Mensal                               | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                            | Produtos alimentares e de desgaste rápido (guardanapos, toalhas de papel, etc.)  |
| Sociais -<br>Almoço Convívio  | Realizar um almoço convívio entre clientes, funcionários e membros da Direção, Corpos Gerentes e Assembleia.                | Promover o convívio entre os clientes/funcionários/direção, ocupar os tempos livres e fomentar a interação grupal  | Participação de 80 % dos Clientes                             | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Cozinheira;<br>Diretora Técnica.   | Semestral<br>-Março<br>-Setembro     | Ajudantes de Ação direta;<br>Cozinheira;<br>Diretora Técnica;<br>Direção. | Alimentos  |
| Sociais -<br>Projeto: <i>De mão em mão passa o testemunho (parceria com a EAPN)</i> | Receber o Baú da Leitura, que permanece na instituição durante um mês, no qual, os clientes podem requisitar livros/filmes. | Promover a participação ativa na leitura, dos idosos, crianças e jovens, o que permite um convívio intergeracional, intercâmbio de informações/experiências, e a estimulação da autonomia.                                 | Participação de 80 % dos clientes e 1 criança dos Lentiscais. | Clientes;<br>Diretora Técnica;<br>Técnica EAPN - Castelo;<br>Branco;<br>Direção.                                   | (Data por definir)                   | Clientes;<br>Diretora Técnica;<br>Direção.                                | Baú  |
| Lúdicas/<br>Atividade Física  | Sessões de Atividade física   | Manutenção da saúde e bem-estar;<br>Melhoria da força muscular e da flexibilidade, coordenação motora e do equilíbrio;<br>Aumento da autoestima.   | Participação de 80 % dos clientes                             | Ajudante de Ação direta;<br>Clientes;<br>Direção Técnica.  | Semanal<br>( por definir)            | Ajudantes de Ação direta,<br>Direção Técnica.                             | Material de som;<br>Instrumentos auxiliares de exercício físico.   |

| Atividades tipo                        | Descrição das atividades   | Objetivos  | Metas                             | Intervenientes  | Periodicidade                                | Recursos                                      |   |
|--|--|--|-----------------------------------|---|--|---|---|
|  |  |  |                                   |   |  | Humanos                                       | Materiais   |
| Lúdicas/<br>Intelectuais               | Leitura de jornais e revistas  | Promover a cultura intelectual do idoso;<br>Fomentar a atualização do cliente em termos de notícias;<br>Estimular o debate da realidade.   | Participação de 80 % dos clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                 | Semanal:<br>(Segunda e Sexta - Feira)        | Ajudantes de Ação direta,<br>Direção Técnica. | Jornais e Revistas semanais;  |
| Intelectuais/<br>Estimulação Cognitiva | Realização de exercícios de estimulação cognitiva: Linguagem, cálculo, e atenção | Promover e manter a capacidade de raciocínio lógico de acordo com as capacidades individuais dos clientes.   | Participação de 80 % dos clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                 | Semanal:<br>(Terça, Quarta e Quinta - Feira) | Ajudantes de Ação direta,<br>Direção Técnica. | Papel, canetas, lápis, exercícios de estimulação cognitiva.   |
| Intelectuais/<br>Estimulação Cognitiva | Elaboração do Livro individual de Memórias                                       | Estimular a memória a longo prazo, com a escrita de memórias vivenciadas.  | Participação de 80 % dos clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                 | Semanal:<br>(Terça - Feira)                  | Ajudantes de Ação direta,<br>Direção Técnica. | Papel, Canetas.   |
| Lúdicas/<br>Atividade Física           | Cuidar da Horta  | Promover a formação de vínculos emocionais com o meio ambiente;<br>Estimular a capacitação pessoal;<br>Estimular o relaxamento e a interação social;<br>Fomentar atividade física. | Participação de 80 % dos clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                 | Semanal:<br>(Quinta-Feira e Sábado)          | Ajudantes de Ação direta,<br>Direção Técnica. | Sementes,<br>Água,<br>Material de rega e de apoio à plantação de plantas.   |
| Lúdicas/<br>Cuidados Pessoais          | Providenciar cuidados de beleza: unhas, cabelos, pele, rosto, etc.               | Melhoria da autoestima;<br>Apoiar no cuidado da imagem pessoal;<br>Maximizar a qualidade de vida dos clientes.   | Participação de 80 % dos clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Cabeleireira<br>Diretora Técnica. | Mensal                                       | Ajudantes de Ação direta,<br>Direção Técnica. | Corta-unhas individual, tesoura, creme gordo/hidratante, vernizes, escova de cabelo, lacas e outros produtos de beleza. |
| Lúdicas                                | Desenvolver jogos tradicionais junto dos idosos                                  | Envolver os clientes no convívio;<br>Estimular a prática de atividade física e cognitiva;  | Participação de 80 % dos clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                 | Semanal (Quarta - Feira)                     | Ajudantes de Ação direta,<br>Direção Técnica. | Jogo da malha, dominó, cartas, Provérbios   |
| Religiosas                             | Participar na missa dominical  | Respeitar a religião dos clientes, fomentando a sua participação na missa de Domingo;<br>Fomentar a espiritualidade e a fé dos clientes.   | Participação de 80 % dos clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta.                                      | Semanal (Domingo)                            | Ajudantes de Ação direta                      | Não se aplica.  |

| Atividades tipo                          | Descrição das atividades   | Objetivos   | Metas                            | Intervenientes   | Periodicidade            | Recursos                                       |   |
|--|--|---|----------------------------------|--|--------------------------|--|---|
|  |  |   |                                  |  |                          | Humanos  | Materiais   |
| Sociais - Internet                       | Realizar uma sessão no computador, na qual os utentes poderão ver notícias, aceder às redes sociais, entre outros. | Despoletar o interesse pela Internet;<br>Proporcionar momentos de ocupação de tempos livres;<br>Permitir o contacto dos clientes com familiares que estão distantes.                              | Participação - 80 % dos Clientes | Clientes e familiares;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                   | Semanal (Segunda-feira)  | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica. | Computador com ligação à Internet   |
| Sociais - Dia dos Reis                   | Comemorar o Dia dos Reis com Bolo-Rei e cânticos do Grupo Raízes de Lentiscais                                     | Fomentar a interação e o convívio dos utentes;<br>Valorizar as tradições.   | Participação - 80 % dos Clientes | Clientes;<br>Grupo Raízes de Lentiscais;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica. | Pontual: 6 de Janeiro    | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica. | Bolo-Rei, sumos, chá.   |
| Sociais - Tarde de Cinema                | Passar uma tarde com uma mostra de filmes antigos e debatê-los   | Promover a cultura junto dos clientes;<br>Estimular a capacidade de atenção e o debate.   | Participação - 80 % dos Clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                                | Pontual: 20 de Janeiro   | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica. | Filme;<br>Televisão.  |
| Sociais - Dia de Carnaval                | Comemorar o Dia de Carnaval através do uso de máscaras confeccionadas pelos clientes                               | Fomentar a interação e o convívio dos utentes, bem como a destreza na confeção de artigos carnavalescos   | Participação - 80 % dos Clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                                | Pontual: 09 de Fevereiro | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica. | Tecidos, linhas, papel;   |
| Social - Dia dos Namorados               | Elaboração de cartas de amor/amizade aos entes queridos  | Estimular a interação dos idosos junto dos familiares/entes queridos e clientes<br>Reconhecer o valor da amizade  | Participação - 80 % dos Clientes | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                                | Pontual: 14 de Fevereiro | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica. | Papel, envelopes  |
| Social - Dia da Mulher                   | Realização de cuidados de imagem e beleza às utentes do centro de dia  | Proporcionar às mulheres um dia especial com a colaboração dos clientes do sexo masculino   | Participação - 80 % dos Clientes | Clientes;<br>Cabeleireira;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.               | Pontual: 08 de Março     | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica  | Corta-unhas individual, tesoura, creme gordo/hidratante, vernizes, escova de cabelo, lacas e outros produtos de beleza. |
| Sociais - Campeonatos Jogos Tradicionais | Realizar jogos tradicionais de acordo com as sugestões dos clientes  | Fomentar a interação social dos utentes com crianças/jovens de uma escola do concelho;<br>Estimular a participação ativa e o envolvimento;<br>Proporcionar momentos de lazer através do convívio. | Participação - 80 % dos Clientes | Clientes;<br>Crianças /jovens;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.           | Pontual: 16 de Março     | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica. | Dominó;<br>Cartas;<br>Provérbios;<br>Malha;<br>Etc. (de acordo com as sugestões dos clientes)                           |

| Atividades tipo                                   | Descrição das atividades  | Objetivos   | Metas  | Intervenientes  | Periodicidade                         | Recursos   |   |
|---|---|---|--|---|---------------------------------------|--|---|
|   |   |   |  |   |                                       | Humanos  | Materiais   |
| Social - Dia do Pai                               | Lanche de convívio entre os clientes e respetivos filhos  | Estimular a relação afetiva entre familiares e clientes da instituição  | Participação de:<br>- 80 % dos Clientes  | Clientes e familiares;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                              | Pontual:<br>19 de Março               | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                             | Alimentos   |
| Sociais - Páscoa                                  | Oferta de um cesto emblemático aos clientes de SAD, feito por utentes do CDL-CB, com iguarias tradicionais da Páscoa (amêndoas) | Propor a realização de cestos pelos clientes, fomentando-se assim a sua motricidade fina, a capacidade de imaginação, e a ocupação de tempo, e posteriormente oferecê-los no dia de Páscoa. | Participação - 80 % dos Clientes   | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.   | Pontual:<br>21 a 25 de Março          | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                | Materiais de artes plásticas: tintas; pincéis; papel; cola, etc.                        |
| Sociais - Páscoa                                  | Realização de um almoço de Páscoa com os clientes e respetivos familiares   | Promover o convívio entre os clientes/familiares/funcionários e Direção e o Sr. Padre da paróquia.  | Participação - 80 % dos Clientes   | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.<br>Direção                                | Pontual:<br>28 de Março               | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                | Alimentos<br>Folar da Páscoa  |
| Sociais - Visita ao Cybercentro                   | Realização de uma visita ao Cybercentro de Castelo Branco   | Fomentar o conhecimento e o gosto pelas tecnologias de informação e comunicação.  | Participação - 80 % dos Clientes   | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.<br>Direção                                | Pontual:<br>(data por definir- Abril) | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                | Transporte, lanche.   |
| Desportivas - Caminhada Solidária                 | Caminhada Solidária na Aldeia   | Permitir aos clientes, funcionárias e população o contacto com o exterior, fomentando o exercício físico, a interação social, bem como a saúde e o bem-estar; Angariar receitas.            | Participação de 80 % dos clientes e 50 habitantes;<br>Angariar 100€ com inscrições | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Sócios;<br>Direção Técnica;<br>Direção;<br>População.       | Pontual:<br>11 de Abril               | Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica;<br>Direção;<br>Voluntários. | T-Shirts (para oferecer);<br>Almoço (Empadão de Aves);<br>Bebidas, castanhas;<br>Carvão |
| Sociais - Comemorar o 25 de Abril                 | Comemoração em Lentiscais   | Valorizar a comemoração de um dia marcante na história portuguesa com a celebração na localidade  | Participação - 80 % dos Clientes   | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.<br>Direção<br>Associação de Melhoramentos | Pontual:<br>25 de Abril               | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                | Não se aplica.  |
| Sociais - Visita do Centro Social de Penha Garcia | Interação de utentes do CDL com clientes do Centro Social e Paroquial de Penha Garcia   | Promover a interação, confraternização, e convívio dos clientes do CDL com outros utentes de Penha Garcia   | Participação - 80 % dos Clientes   | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.<br>Direção                                | Pontual:<br>(data por definir- Maio)  | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                | Lanche.   |



| Atividades tipo   | Descrição das atividades   | Objetivos   | Metas  | Intervenientes   | Periodicidade                        | Recursos  |   |
|---|--|---|--|--|--------------------------------------|---|---|
|   |  |   |  |  |                                      | Humanos   | Materiais   |
| Sociais - Dia da Mãe                                      | Lanche de convívio entre os clientes e respetivos filhos   | Estimular a relação afetiva entre familiares e clientes da instituição  | Participação - 80 % dos Clientes               | Clientes e familiares; Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.                                     | Pontual: 01 de Maio                  | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.   | Alimentos   |
| Sociais - 10 de Junho                                     | Lanche de convívio com os clientes   | Celebrar o dia 10 de Junho com a presença de um historiador   | Participação - 80 % dos Clientes               | Clientes; Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica. Direção Professor de História                    | Pontual: 10 de junho                 | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.   | Alimentos   |
| Lúdicas/recreativas - Santos Populares                    | Realizar a Festa dos Santos Populares para angariação de Fundos  | Promover os festejos dos Santos Populares   | Participação de 100 pessoas Angariação de 250€ | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica; Direção; Sócios e Corpos Gerentes; Voluntários; População. | Junho (data por definir)             | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica; Direção; Sócios e Corpos Gerentes; Voluntários. | Alimentos (caldo verde, entremeada, sardinhas, bifanas, pão, etc.) Bebidas; Decoração.  |
| Sociais - Dia dos Avós                                    | Encontro intergeracional com lanche de convívio entre os clientes, respetivos netos/bisnetos e crianças/jovens | Fomentar a interação social dos utentes com um grupo de jovens do concelho; Estimular a participação ativa e o envolvimento com os próprios netos/bisnetos; Proporcionar momentos de lazer através do convívio. | Participação de: - 80 % dos Clientes           | Clientes; Crianças /jovens; Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.                                | Pontual: 25 de Julho                 | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica; Direção; Sócios e Corpos Gerentes; Voluntários. | Alimentos, bebidas; Material de Som/decoração; Toalhas de papel;                        |
| Sociais - Dia da Festa de N. Sr.ª da Estrela - Lentiscais | Participar na festa de Lentiscais  | Promover o envolvimento dos clientes com a restante população; Valorizar as tradições.  | Participação de: - 80 % dos Clientes           | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica; Direção; Sócios e Corpos Gerentes; Voluntários; População. | Pontual: (20 e 21 de Agosto)         | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica; Direção;  | Não se aplica.  |
| Sociais - Dia do Coração                                  | Sessão de abordagem aos cuidados de prevenção relativos ao coração   | Sensibilizar os utentes com os cuidados que devem manter para terem um coração saudável   | Participação de: - 80 % dos Clientes           | Clientes; Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.  | Setembro (data por definir)          | Ajudantes de Ação direta; Diretora Técnica.   | Panfletos.  |
| Sociais - Dia Internacional para a Erradicação da Pobreza | 11º Encontro de Associados da EAPN para comemorar o Dia da Erradicação da Pobreza.                             | Fomentar a interação social dos utentes, com outros clientes; Estimular a participação ativa e o no Campeonato de Jogos; Proporcionar momentos de lazer   | Participação de 80 % dos clientes              | Clientes; Ajudantes de Ação direta; Cozinha; Diretora Técnica; Direção                                 | Pontual - Outubro (data por definir) | Ajudantes de Ação direta; Cozinha; Diretora Técnica; Direção;                               | Material de limpeza; Acessórios para alimentação descartáveis; Transporte; Alimentação. |

| Atividades tipo                                    | Descrição das atividades  | Objetivos  | Metas  | Intervenientes   | Periodicidade                                       | Recursos  |  |
|--|---|--|--|--|---|---|--|
|  |   |  |  |  |   | Humanos   | Materiais  |
| Sociais - Dia de São Martinho                      | Realizar um Magusto na instituição aberto à população                                 | Promover a interação social dos utentes, com a população;<br>Estimular a participação ativa e o envolvimento na valorização das tradições através do convívio. | Participação de 80 % dos clientes e de 50 pessoas                | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Cozinheira;<br>Diretora Técnica;<br>Direção;<br>Voluntários. | Pontual:<br>11 de Novembro                          | Ajudantes de Ação direta;<br>Cozinheira;<br>Diretora Técnica;<br>Direção;<br>Voluntários. | Alimentos, bebidas;<br>Material de Som/decoração;<br>Toalhas de papel; |
| Sociais - Visita ao Centro Social de Penha Garcia  | Interação de utentes do CDL com clientes do Centro Social e Paroquial de Penha Garcia | Promover a interação, confraternização, e convívio dos clientes do CDL com outros utentes de Penha Garcia  | Participação de:<br>- 80 % dos Clientes                          | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.<br>Direção                                 | Pontual:<br>(data por definir- Novembro)            | Clientes;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Diretora Técnica.                               | Transporte.  |
| Sociais - Festa de Natal                           | Celebração do Natal   | Promover a participação dos clientes e da população de Lentiscais na época Natalícia;<br>Providenciar animação pelas Colaboradoras;                            | Participação de 120 pessoas no jantar.<br>Angariação de 400€     | Clientes/População;<br>Ajudantes de Ação direta;<br>Cozinheira;<br>Diretora Técnica;<br>Direção;       | Pontual:<br>Dezembro (data por definir)             | Ajudantes de Ação direta;<br>Cozinheira;<br>Diretora Técnica;<br>Direção.                 | Alimentos, bebidas;<br>Material de Som/decoração;<br>Toalhas de papel; |
| Intelectuais/ Formativas - Fórum EAPN              | Participação no Fórum Anual organizado pela EAPN.                                     | Debater com outras Entidades práticas, problemáticas decorrentes do tema do Fórum.   | Participação de 2 membros dos corpos gerentes e diretora técnica | Direção;<br>Diretora Técnica.  | Pontual (data por definir)                          | Direção;<br>Diretora Técnica.   | Não se aplica  |
| Intelectuais/ Formativas - Reunião de Associados   | Reunião de trabalho com os Associados da EAPN - Castelo Branco.                       | Debater as problemáticas que as Instituições do distrito enfrentam na atualidade;<br>Conhecer e debater novas dinâmicas de trabalho.                           | Adesão a 80% das reuniões  | Direção;<br>Diretora Técnica.  | Pontual (data por definir)                          | Direção;<br>Diretora Técnica.   | Não se aplica  |
| Intelectuais / Formativas - Ação de Formação K-MED | Ação de Formação para colaboradores na área da Segurança Alimentar.                   | Promover a melhoria na prestação de serviços na Cozinha.   | Participação de 3 funcionários                                   | Cozinheira;<br>Auxiliares de Cozinha.  | Pontual<br>(A ser definida pela Entidade Formadora) | Cozinheira;<br>Auxiliares de Cozinha.   | De acordo com o plano de Formação.                                     |
| Intelectuais / Formativas - Ação de Formação K-    | Curso de Introdução aos princípios básicos do HACCP                                   | Promover a melhoria na prestação de serviços na Cozinha.   | Participação de 3 funcionários                                   | Cozinheira;<br>Auxiliares de Cozinha;<br>Diretora Técnica.   | Pontual<br>(A ser definida pela Entidade Formadora) | Cozinheira;<br>Auxiliares de Cozinha;<br>Diretora Técnica.                                | De acordo com o plano de Formação.                                     |

|   |  |  |                                |   |  |   |                                    |
|---|--|--|--------------------------------|---|--|---|------------------------------------|
| <b>MED</b>  |  |  |                                |   |  |   |                                    |
| <b>Intelectuais / Formativas - Ação de Formação</b>         | Ação de Formação para colaboradoras na área de Gerontologia/ Geriatria           | Promover o bom funcionamento do Centro de dia, formando as colaboradoras na prestação de serviços de qualidade.                      | Participação de 2 funcionários | Ajudantes de Ação Direta; Diretora Técnica. | <b>Pontual</b><br>(A ser definida pela Entidade Formadora) | Ajudantes de Ação Direta; Diretora Técnica. | De acordo com o plano de Formação. |
| <b>Intelectuais / Formativas - Ação de Formação K - MED</b> | Ação de Formação para colaboradoras - Evacuação de pessoas e combate a Incêndios | Preparar as colaboradoras para constituírem as equipas de 1. <sup>a</sup> intervenção no combate a incêndios e evacuação de pessoas. | Participação de 2 funcionários | Ajudantes de Ação Direta; Diretora Técnica. | <b>Pontual</b><br>(A ser definida pela Entidade Formadora) | Ajudantes de Ação Direta; Diretora Técnica. | De acordo com o plano de Formação. |

**PLANO DE AÇÃO**

| Atividades/ Objetivos Operacionais  | Descrição das atividades   | Metas   | Intervenientes   | Periodicidade | Recursos  |   |
|---|--|---|--|---------------|---|---|
|   |  |   |  |               | Humanos   | Materiais   |
| Angariação de fundos para colmatar os custos da construção e finalização do Centro de Dia       | Atividades Lúdico-Recreativas  | Angariar 1.000€   | População de Lentiscais; Sócios do CDL; Ajudantes de Ação Direta; Cozinha; Diretora Técnica; Voluntários; Clientes; Direção. | Semestral     | Direção.<br>Ajudantes de Ação Direta;<br>Cozinha;<br>Diretora Técnica;<br>Voluntários;<br>Sócios. | Alimentos<br>Material de escritório                                       |
| Aumento do Nº de Sócios   | Abordar a população de Lentiscais, informando acerca do funcionamento do CDL, enaltecendo a utilidade pública desta Instituição.   | Aumentar em 20 % o n.º de sócios  | Diretora Técnica;<br>Direção<br>População de Lentiscais  | Diária        | Diretora Técnica;<br>Direção.   | Fichas de Inscrição<br>Quotas<br>Material de escritório                   |
| Beneficiar de medidas de apoio ao emprego   | Receber novos estágios (quer curriculares, quer de Emprego) de formados/formandos em áreas como a Geriatria, Nutrição, Fisioterapia, Animação Sociocultural, Psicologia, Gerontologia, Saúde, etc. | Obter apoio para 2 medidas de apoio ao emprego aumentando o quadro de pessoal em 10%. | Direção<br>IEFP<br>Diretora Técnica<br>Estabelecimentos de Ensino<br>Entidades de Formação                                   | Anual         | Direção;<br>Diretora Técnica,   | Documentos Burocráticos (Contrato de Trabalho, Seguro de Acidentes, etc.) |
| Avaliar o grau de satisfação dos clientes em que + de 90% estejam satisfeitos/muito satisfeitos | Elaborar questionários de avaliação da qualidade dos serviços prestados pelo Centro de Dia.  | 90% dos clientes satisfeitos ou muito satisfeitos                                     | Direção;<br>Diretora Técnica   | Anual         | Diretora Técnica,   | Questionário de Avaliação da qualidade dos serviços prestados             |

| Atividades/ Objetivos Operacionais                   | Descrição das atividades  | Metas   | Intervenientes                                  | Periodicidade | Recursos                      |  |
|--|---|---|---|---------------|-------------------------------|--|
|  |   |   |   |               | Humanos                       | Materiais  |
| Avaliar o desempenho dos funcionários                | Analisar o desempenho dos funcionários e premiar o sucesso.                                 | Obter um desempenho bom em 80% dos colaboradores              | Direção;<br>Diretora Técnica;<br>Colaboradores. | Anual         | Direção;<br>Diretora Técnica, | Grelha de Avaliação de Desempenho.                                   |
| Aplicação do Manual da Qualidade da Segurança Social | Adequar as normas de qualidade presentes no Manual de Qualidade da Segurança Social no CDL. | Aplicar o PI em todos os processos individuais                | Direção<br>Diretora Técnica                     | Anual         | Direção;<br>Diretora Técnica. | Computador;<br>Material de Escritório;<br>Manual da Qualidade do ISS |
| Avaliação de Fornecedores/ Propostas                 | Analisar propostas apresentadas por parte dos Fornecedores.                                 | Obter grau de satisfação de nível bom em 80% dos fornecedores | Direção<br>Diretora Técnica                     | Anual         | Direção<br>Diretora Técnica   | Computador;<br>Material de Escritório.                               |
| Abrir a resposta social de Centro de Dia             | Admitir clientes para a resposta social de Centro de Dia                                    | Obter média mensal de 6 utentes                               | Direção<br>Diretora Técnica                     | Pontual       | Direção<br>Diretora Técnica   | Computador;<br>Material de Escritório.                               |

Anexo I

Cronograma Semanal de Atividades - Centro de Dia de Lentiscais | Castelo Branco

|   | Manhã   | Tarde                                       |
|---|---|---|
| Segunda - Feira   | Iniciação às Tecnologias de Informação e Comunicação      | Ler Revistas/ Jornais;<br>Trabalhos Manuais |
| Terça - Feira   | Estimulação Cognitiva - Linguagem                         | Escrever o <i>Livro da Memória</i>          |
| Quarta-Feira<br>(destinatários:<br>utentes de CD e SAD) | Estimulação Cognitiva/Sensorial - Atenção<br>Concentração | Cuidados de Beleza;<br>Jogos Tradicionais.  |
| Quinta - Feira  | Estimulação Cognitiva - Cálculo                           | Cuidar da Horta                             |
| Sexta - Feira   | Ler Revistas/ Jornais;<br>Trabalhos Manuais               | Atelier de Costura manual                   |
| Sábado  | Cuidar da Horta   | Caminhada                                   |
| Domingo   | Atividade opcional  | Missa                                       |

Anexo II

Mapa Anual de Atividades 2016 - Centro de Dia de Lentiscais | Castelo Branco

| Janeiro         |            | Fevereiro                              |                | Março                         |                | Abril  |                | Maio   |                | Junho                          |                |
|-----------------|------------|--|----------------|-------------------------------|----------------|--|----------------|--|----------------|--------------------------------|----------------|
| Dia dos Reis    | 06 de Jan. | Carnaval                               | 09 de Fev.     | Almoço de Convívio            | Data a definir | Visita ao Cybercentro  | Data a definir | Dia da Mãe   | 01 de Mai.     | Comemoração do Dia de Portugal | 10 de Jun.     |
|                 |            |  |                | Dia da Mulher                 | 08 de Mar.     |  |                |  |                |                                |                |
|                 |            |  |                | Campeonato Jogos Tradicionais | 16 de Mar.     | Caminhada Solidária  | 11 de Abr.     |  |                |                                |                |
| Tarde de Cinema | 20 de Jan. | Dia dos Namorados                      | 14 de Fev.     | Dia do Pai                    | 19 de Mar.     | Comemoração da Revolução dos Cravos                            | 25 de Abr.     | Receção do Centro Social e Paroquial de Penha Garcia | Data a definir | Santos Populares               | Data a definir |
|                 |            |  |                | Domingo de Páscoa             | 27 de mar.     |  |                |  |                |                                |                |
| Julho           |            | Agosto                                 |                | Setembro                      |                | Outubro  |                | Novembro   |                | Dezembro                       |                |
| Dia dos Avós    | 25 de Jul. | Festa da N. Sr.ª da Estrela Lentiscais | Data a definir | Almoço de Convívio            | Data a definir | 11.º Encontro: Dia Internacional para a Erradicação da Pobreza | Data a definir | Dia de S. Martinho                                   | 11 de Nov.     | Festa de Natal                 | Data a definir |
|                 |            |  |                | Dia do Coração                | Data a definir |  |                | Visita ao Centro Social e Paroquial de Penha Garcia  | Data a definir |                                |                |

Resposta Social de Centro de Dia