

Relatório de Atividades | 2014

Objetivo Geral

Aumentar os níveis de satisfação dos residentes

Objetivos específicos

Promover a avaliação dos processos de organização e planificação das diferentes valências e serviços
Promoção de reuniões entre a Direção Técnica e as Ajudantes de Ação Direta.

Atividade: Foram realizadas reuniões semanais entre a equipa técnica; reuniões entre equipa técnica e colaboradoras de ação direta; reuniões semanais entre Direção Técnica e coordenadoras.

Objetivo Geral

Consolidar mecanismos de sustentabilidade que assegurem um crescimento estável e equilibrado

Objetivos Específicos

Promover a sustentabilidade da organização, diversificando as fontes de financiamento e aumentando as receitas privadas;

Candidaturas a projetos de financiamento.

Atividade:

Foram realizadas candidaturas de projetos à Missão Sorriso, Frota solidaria Montepio e BPI Capacitar Sénior.

Objetivo Geral

Criar um referencial de gestão estratégica de Recursos Humanos

Objetivos Específicos

Promover o aumento das qualificações dos Recursos Humanos internos através de realização de ações de formação

Atividade:

Foi realizada uma ação de formação de “Técnicas de Posicionamento e Mobilização” de 25 horas para todas as colaboradoras de Ação Direta; um workshop intitulado “Incontinência, um problema, várias

soluções”; um workshop o “ O Poder da Liderança de equipas” em que participaram o Diretor Técnico e três elementos da Direção.

Objetivo Geral

Prestação de um conjunto de serviços que contribuam para o bem-estar dos residentes;

Objetivos Específicos

Prestação de serviços diários com vista à satisfação das necessidades básicas dos residentes

Atividades:

Foram prestados diariamente serviços de alimentação, incluindo 5 refeições (Pequeno-almoço; almoço; lanche; jantar e ceia); serviços de higiene ajustados às necessidades de cada residente; serviços de tratamento de roupa a todos os residentes; serviços de higienização dos espaços.

Objetivo Geral

Garantir uma diversidade de atividades recreativas de acordo com as características e necessidades de cada um dos residentes

Objetivos Específicos

Desenvolver a capacidade lúdica, fomentando o sentimento de pertença a um grupo. Promover o convívio entre residentes; Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências; Desenvolver as capacidades de relações interpessoais e inserção no meio sociocultural, combatendo o desenraizamento social; Fomentar a participação ativa dos residentes;

Atividades desenvolvidas:

- **Comemoração do Dia de Reis:** de forma a comemorar o dia de Reis cerca de 12 utentes do Solar das Bem-aventuranças confeccionaram um Bolo-rei, no dia 06 de Janeiro.

- **Grupo “Cantar as Janeiras”:** a tradição ainda é o que era e fazendo-lhe jus, os idosos do centro social da Atougia presentearam-nos com canções tradicionais das Janeiras, no passado dia 27 de Janeiro. O grupo foi acolhido no Solar com muito carinho e alegria. Esta foi uma atividade que promoveu de forma positiva a interação interinstitucional e onde participaram os 13 residentes do solar das Bem-Aventuranças e cerca de 12 utentes do centro social da atougia.

-**“Dia dos Namorados”**: no dia dos namorados, 14 de fevereiro, confeccionamos uns perfumados saquinhos com sabonetes. Foi uma atividade desenvolvida no âmbito da “oficina das artes”, em que 15 residentes participaram com muito entusiasmo. Os idosos elaboraram os sabonetes vermelhos em formato de coração e uns saquinhos onde guardamos os sabonetes. Cada idoso recebeu um saquinho e os restantes foram oferecidos aos familiares e amigos.

- **“Sessões de Geronto-psicomotricidade”**: **Estas sessões foram realizadas semanalmente, com frequência de 3 sessões. São sessões que se realizam** em contexto de grupo, no âmbito do projeto de “Motricidade e Memória”, implementado no solar e que apresenta inúmeros benefícios aos participantes- motores, cognitivos, sociais e emocionais. Entre a ginástica para o corpo e o trabalho da memória, atenção e concentração, têm sido sessões em que participam entre 10 e 20 residentes.

- **Elaboração de decoração de Carnaval**: na sexta- feira dia 28, 9 residentes do solar assistiram ao desfile de Carnaval em Fátima. Estes mesmos residentes e mais 5 participaram no preparativos de Carnaval, no meio de muitos papéis e cores o resultado foram umas alegres mascarilhas, que estiveram expostas na entrada do lar.

-**Sessões de Musicoterapia em Grupo**: as sessões de musicoterapia tem decorrido desde o mês de Março, com uma frequência semanal e duração de 45 minutos. As sessões são desenvolvidas em contexto de grupo, às terças-feiras, onde participam a maioria dos residentes da Estrutura Residencial para Seniores.

-**Peça de Teatro- Visita ao Lar Santa Beatriz da Silva**: 10 residentes do Solar das Bem-Aventuranças deslocaram-se ao Lar santa Beatriz da Silva, a convite da Dra. Verónica, no passado dia 20 de Março, pelas 14:30, para assistir a uma apresentação de um teatro sobre a vida da fundadora do lar.

- **Sessão de Yoga do Riso**: no passado dia 23 de Abril os residentes do solar puderam usufruir de uma sessão de Yoga do Riso, orientada pela facilitadora Leonilde Pedroso. Numa sessão que demorou cerca de 1 hora, 20 dos residentes puderam soltar uma gargalhada e sentir que por vezes “rir é o melhor remédio”.

-**Visita ao Museu de Ourém, Casa do Governador e Lanche no Parque Linear**: no âmbito da comemoração do dia Internacional dos Museus, no passado dia 16 de Maio, 18 dos residentes da Aldeia Intergeracional visitaram o Museu de Ourém onde puderam recordar memórias passadas, associadas à vida dos 3 pastorinhos de Fátima e onde assistiram à representação da Lenda da

Princesa Oureana, através de um teatro de Sobras. Regressaram à Adeia após um piquenique no Parque Linear em Ourém.

- **Comemoração dia da Família:** no passado dia 01 de Junho comemorou-se o dia Internacional da Família no Jardim da estrutura residencial para idosos, onde estiveram presentes todos os residentes e os seus familiares. Participaram numa sessão de Musicoterapia, cerca de 60 pessoas. Seguiu-se um lanche convívio no jardim, assim como de uma apresentação de um conjunto de cantos, organizada pelo grupo coral de adultos do Conservatório de Música de Fátima.

-**Arraial Santos Populares com Populares da Moita:** no passado dia 23 de Junho (segunda-feira), 30 idosos da ACRDMR (Associação Cultural e Recreativa e Desportiva da Moita Redonda) passaram a tarde na Estrutura Residencial para Pessoas Idosas da Arca da Aliança.

Num arraial que iniciou às 15h, com baile e muita animação, os idosos da Associação da Moita Redonda presentearam os 30 residentes da Aldeia Intergeracional da Arca da Aliança com uma marcha realizada por eles e na qual também os nossos utentes participaram. Seguiu-se um lanche partilhado e a oferta de pequenas lembranças realizadas pelos residentes aos idosos da Associação da Moita.

-**Dia dos Avós- Convívio Intergeracional:** a Aldeia Intergeracional promoveu, no passado dia 29 de Julho, algumas atividades intergeracionais de forma a comemorar o dia Internacional dos Avós. Fez-se um convite à casa da criança que aceitou com muito carinho passar uma tarde animada com os nossos residentes. Estiveram presentes cerca de 25 crianças de 5 anos que interagiram com os 35 residentes da Aldeia, ao longo de diversas atividades, todas elas organizadas pelos residentes: teatro de fantoches (conversa entre avô e neta), teatro musical com fantoches de meias, percurso de atividades psicomotoras e no fim um presente para os mais pequenos- um fantoche de dedo elaborado pelos idosos. Uma tarde rica em afetos e sorrisos!

-**Visita ao Museu das Candeias:** no passado dia 06 de Agosto, 12 Residentes visitam o Museu das Candeias em Fátima.

-**“Uma vida de máquina na mão”:** “Uma Vida de Máquina na Mão” é o título de uma Exposição de fotografias que a Aldeia Intergeracional da Arca da Aliança, em Fátima, levou a cabo de 19 de Agosto a 06 de Setembro, a pretexto das celebrações do Dia Mundial da Fotografia.

A Exposição, que esteve patente nas instalações da instituição, reuniu uma pequena amostra do vasto acervo de imagens recolhidas por Jorge Rodrigues, residente da Aldeia e um incansável amante da fotografia que registou os mais variados aspetos de uma longa vida de cumplicidades com a máquina fotográfica.

“Uma Vida de Máquina na Mão” exibiu cerca de 80 imagens recolhidas em vários locais de Portugal continental ao longo de várias décadas. A mostra reconstitui o olhar grande angular do fotógrafo, através de uma seleção de belíssimos monumentos e paisagens quase irreais, ao mesmo tempo que convida à contemplação, numa escala infinitamente menor, da estética furtiva dos detalhes.

A par da Exposição esteve também patente um núcleo de imagens retratando as atividades e o dia-a-dia dos residentes da Estrutura Residencial Sénior.

Visitas à Exposição

Nos dias 26 e 27 de Agosto recebemos com muito agrado os utentes do Centro de Dia da Atougua e os utentes do centro de dia de São Mamede, que para além de visitarem a exposição e absorverem todas as experiências partilhadas pelo senhor Jorge ao longo da sua vida, sempre de máquina na mão, também partilharam o momento do lanche connosco.

-Comemoração do Dia Internacional do Idoso: no âmbito das comemorações do Dia Internacional do Idoso, cerca de 16 residentes do Solar das Bem-Aventuranças deslocaram-se a Ourém, no dia 01 de Outubro, a fim de participar em várias atividades dinamizadas pela Câmara Municipal. Entre as atividades realizadas, participamos na atividade equestre e no espetáculo cinotécnico, ambas as atividades promovidas pela equipa da GNR e por fim, participamos numa apresentação realizada por todas as instituições do concelho, com a exibição de uma dança sénior sentada.

-Curso Instrutores de Dança Sénior: A Aldeia Intergeracional de Fátima promoveu de 03 a 5 de Outubro a 1ª Edição da Formação de Monitores de Dança Sénior, a cargo da dinamizadora Birgit Kristensen.

Aberta a técnicos superiores de Reabilitação Psicomotora, educadores sociais, animadores, terapeutas ocupacionais ou outros técnicos interessados, a formação teve por objetivo *“a aprendizagem das coreografias que trabalham os níveis de atenção, concentração, perceção, lateralidade, ritmo, memória recente e orientação espacial, estimulando diversas habilidades*

psicomotoras e cognitivas, além de fomentar um trabalho motor independentemente do progressivo condicionamento físico".

Esta formação teve uma enorme adesão com formandos oriundos de vários pontos do país, pelo que se seguiu uma nova edição, a 28 a 30 de Novembro.

Para a entidade promotora, este tipo de ações representa não só uma rara oportunidade de formação para os técnicos que se debatem com escassez de recursos e fracas possibilidades de aprendizagem, mas também uma enorme mais-valia para a qualidade de vida população idosa do concelho.

-Dinamização do Dia Mundial da Alimentação: no âmbito da comemoração do Dia mundial da Alimentação foram realizadas algumas dinâmicas de grupo com os residentes, orientadas pela equipa de enfermagem e psicomotricista com o objetivo de sensibilização para uma alimentação saudável. Esta atividade realizou-se a 16 de Outubro e contou com a participação de 30 residentes.

-Exibição do Documentário - "Ciclos Agrícolas em Ourém: entre memórias e esquecimentos"

No dia 29 de Outubro de 2014 o solar das Bem-Aventuranças da Fundação Arca da aliança exibiu o documentário "Ciclos agrícolas em Ourém: entre memórias e esquecimentos" para os residentes do Solar e dois centros de Dias convidados- o centro de Dia do Cercal e o Centro de Dia de Boleiro, no fim houve lanche partilhado para todos. Participaram nesta iniciativa 80 pessoas idosas.

-Decoração de uma árvore em Ourém com base no conto "A princesa e a Ervilha" : O Município de Ourém recebeu o projeto "Hans Christian Andersen... o Rapaz que queria ser ator, cantor e bailarino...", uma iniciativa do designer Niels Fischer com o objetivo de divulgar a obra de Hans Christian Andersen na sua forma original, generosa e sem fins lucrativos. Neste âmbito, a Aldeia intergeracional participou nesta iniciativa decorando uma árvore do concelho, alusiva ao conto "A princesa e a Ervilha".

Cerca de 15 residentes do solar desenvolveram durante vários meses várias faixas de lã que serviram para envolver o tronco da árvore, representando os colchões do conto, uma princesa que permaneceu no topo da árvore e uma escada e várias ervilhas.

A exposição decorreu do fim do mês Novembro de 2014 a inícios do mês Janeiro de 2015.

-Dia do Magusto: no passado dia 11 de Novembro, os residentes do solar das Bem-Aventuranças participaram num magusto organizado pelo Centro Social de S. Mamede e realizados nas suas instalações. Participaram cerca de 9 residentes do Solar.

-Festa de Natal no Solar das Bem-Aventuranças (22 de Dezembro de 2014): chega a época natalícia e o Solar das Bem-Aventuranças decidiu juntar a grande família numa tarde com repleta de alegria, onde os residentes apresentaram várias coreografias alusivas ao Natal, seguindo-se de um lanche convívio com todas as famílias dos residentes.

No final da tarde, cada família partilhou um "desejo para este natal" num painel gigante exposto na ERPI. Participaram nesta festa cerca de 45 residentes e 100 familiares.

- **Comemoração de aniversários:** realização de um lanche, no qual se cantou os parabéns e partiu-se o bolo de aniversário, que foi distribuído por todos os residentes. Esta atividade foi desenvolvida durante o ano, celebrando o aniversário de cada residente. Participaram nestas comemorações todos os residentes do Solar e é oferecida uma lembrança elaborada pelos outros residentes.

- **Comemoração das estações do ano:** foram realizados alguns enfeites para o espaço relacionado com o início das estações do ano: Outono e Inverno, fomentando a orientação temporal em todos os residentes. Participaram nesta atividade os residentes do solar nesse momento.

Vivência religiosa

- Objetivo Geral

Garantir a qualidade de vida do residente promovendo uma vivência religiosa;

- Objetivos específicos

Promover momentos de oração e reflexão;

Desenvolver o carácter espiritual e religioso dos residentes;

Atividades desenvolvidas

Celebração do terço – Atividade com periodicidade diária, que consiste na celebração do terço na Sala de Oração do Solar das Bem-aventuranças às 18:30, acompanhado pela televisão ou rádio. Os residentes participam livremente nesta atividade pelo que o número de participantes é variável;

Celebração da Eucaristia - Atividade com periodicidade semanal, realizada todos os sábados às 17h30, que consiste na celebração da Eucaristia na Sala de Oração do Solar das Bem-aventuranças.

Tal como na atividade anterior, os residentes participam livremente nesta atividade pelo que o número de participantes é variável;