

*[Handwritten signatures]*

# PLANO DE ATIVIDADES 2024



**RESPOSTA SOCIAL – Estrutura Residencial para Idosos**



## INTRODUÇÃO

O Plano de Atividades para o ano 2024 nasce tendo como pano de fundo o trabalho realizado, nos últimos anos, junto da população sénior.

A articulação com o meio envolvente, quer social, quer eclesial, sempre se constituiu como base para a ação da Anima Una. Nesse sentido, a realidade da igreja local, bem como da Congregação dos Missionários do Espírito Santo, continua a inspirar-nos. A Igreja desafia-nos, na atualidade, para agirmos em modo sinodal, procurando que a “Comunhão, Participação e Missão” sejam valores que se enraízem nas pessoas e nas instituições. Simultaneamente, a família espiritana, pelo segundo ano consecutivo, tem como lema: “Vejam, vou fazer algo de novo”, palavras que refletem o anseio que, como instituição marcada pelo carisma espiritano, mantemos, de renovar e revitalizar constantemente as relações entre todos aqueles que ajudam a concretizar a nossa ação e, sobretudo, na procura de respostas novas e criativas às interpelações que quotidianamente vão surgindo.

Até maio de 2024 continuará declarado o ano Europeu das Competências, reforçando a importância de cada um desenvolver e ampliar as suas competências, procurando garantir o desenvolvimento de um serviço de maior qualidade.

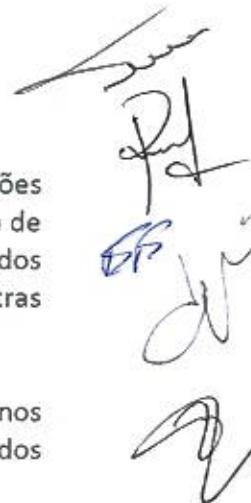
Diariamente, a ação da Anima Una continua a assentar na promoção do bem-estar biopsicossocial de todos os clientes. Valorizando um clima de harmonia, procura privilegiar as relações de proximidade, baseadas no conhecimento profundo das necessidades de cada idoso, numa perspetiva humanizante.

Para tal, no que respeita a recursos humanos conta com os serviços de dois enfermeiros, assistente social, animadora sociocultural e contabilista; da prestação de serviços de médico, fisioterapeuta, nutricionista, podologista e cabeleireira, além de todos os cuidados inerentes ao dia a dia na instituição (higiene, conforto, refeições, tratamento de roupas...), para os quais conta com o trabalho de 40 colaboradores.

Relativamente ao âmbito organizacional dispõe da prestação de serviços de HACCP, medicina do trabalho, higiene e segurança no trabalho e proteção e segurança.

Regularmente prestam serviço voluntário 10 pessoas.

A Anima Una continua a ser uma instituição fortemente implicada com os agentes, sociais, económicos e culturais e um parceiro para o desenvolvimento comunitário, motivos pelos quais continua a considerar uma mais-valia o trabalho em rede e a constituição de parcerias. Assim, mantém-se a cooperação com o Instituto da Segurança Social, I. P., os Missionários Espiritanos, a Câmara Municipal de Braga, Instituto de Emprego e Formação Profissional, Banco Alimentar, Cáritas de Braga, Universidade do Minho (estágios curriculares), Escola Profitecla (estágios curriculares), bem como a título esporádico, outros grupos provenientes das paróquias envolventes.



O **Plano de Formação Interno** continuará a ser realizado, tendo por base as sugestões dadas pelos colaboradores, as suas dificuldades e simultaneamente com o objetivo de poder continuar a prestar um serviço de qualidade que vá de encontro à satisfação dos nossos clientes. As formações realizadas pela UDIPSS, bem como pela F3M ou outras entidades, sempre que oportunas, serão igualmente consideradas.

O **Plano de Informatização**, cuja implementação tem acontecido ao longo dos anos anteriores, continuará a ser executado, mantendo a aposta na modernização dos serviços, na melhoria do controlo e segurança dos residentes.

Finalmente, de salientar a intenção da instituição continuar a promover iniciativas que possibilitem a angariação de fundos, procurando contribuir para o exercício constante das ERPI de equilibrar a prestação de serviços de qualidade e a contenção de gastos.



Atividade	Objetivos	Público-Alvo	Recursos	Calendarização
<i>Janeiras</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Promoção de atividades de interação e convívio.</li> <li>» Valorização dos recursos comunitários.</li> </ul>	Todos os idosos (Atividade realizada em parceria com a Câmara Municipal de Braga)	Grupo Musical Auxiliares Técnicos (...)	(a designar) (data a designar)
<i>Dia de Libermann</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Celebração da morte de um dos fundadores da comunidade espiritana.</li> <li>» Desenvolvimento de ações de reflexão e partilha.</li> <li>» Debate e reflexão dos temas do sofrimento e doença na terceira idade.</li> <li>» Animação Espiritual.</li> </ul>	Idosos autónomos e semi-dependentes (Atividade realizada em parceria com os Missionários Espíritanos)	Auxiliares Técnicos (outros a designar)	Mesa Cadeiras Projetor (...)
<i>Dia do Doente</i>		Todos os idosos.	Sacerdotes Auxiliares Técnicos	(a designar) (a designar)
<i>Dia de Brottier</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Celebração da morte do Patrono da Anima Una.</li> <li>» Desenvolvimento de ações de reflexão e partilha.</li> <li>» Promoção de atividades de interação e convívio.</li> <li>» Valorização dos recursos comunitários.</li> </ul>	Idosos autónomos e semi-dependentes (Atividade realizada em parceria com os Missionários Espíritanos)	Auxiliares Técnicos (outros a designar)	Mesa Cadeiras Projetor (...)
<i>Dia S. José</i> <i>(Dia do Pai / Irmãos)</i>		Idosos Autónomos	Auxiliares Técnicos (...)	(a designar) 19 de Março
<i>Tríduo Pascal</i> <i>[Via Sacra]</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Celebração do Tríduo Pascal</li> <li>» Sensibilizar os idosos para a importância da manutenção de hábitos saudáveis.</li> <li>» Proporcionar momentos de debate e reflexão.</li> <li>» Promoção de atividades de interação e convívio.</li> <li>» Valorização dos recursos comunitários.</li> </ul>	Todos os idosos (Atividade aberta ao exterior)	Sacerdote (...)	(a designar) 29,30,31 Março
<i>Dia Mundial da Saúde</i>		Todos os idosos	Enfermeiro Auxiliares	Cartazes Medidor de Glicemia Balança 8 de Abril
<i>Braga Romana</i>		Idosos autónomos e semi-dependentes	Auxiliares Técnicos Voluntários	Transporte Cadeiras de Rodas Maio

<b>Atividade</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Público-Alvo</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização</b>
<i>Aniversário da Congregação dos Missionários do Espírito Santo</i>	*Promoção de atividades de convívio e lazer. Parceria com os Missionários Espíritanos)	Idosos autónomos e semi-dependentes (Atividade realizada em parceria com os Missionários Espíritanos)	(a designar)	27 de Maio
<i>Pentecostes</i>	*Preparar espiritualmente a vivência da festa do Pentecostes.	Todos os idosos	Auxiliares Técnicos Voluntários Direção (...)	(a designar) 19 de Maio
<i>Arraial e Sardinhas da S. João</i>	*Celebrar em comunidade da festa de S. João.	Todos os idosos	Auxiliares Técnicos Voluntários Direção (...)	Enfeites Mesas Cadeiras Iluminações (...)
<i>Dia da Anima Una</i>	*Comemoração da constituição da Anima Una. *Promoção de atividades de interação e convívio.	Todos os idosos	(a designar)	(a designar) 17 de Julho
<i>Dia dos Avós</i>		Todos os idosos e repetitivos netos	Auxiliares Técnicos (...)	(a designar) 26 de Julho
<i>Desfolhada/ Cocheitas</i>	*Valorização de costumes e antigas tradições. *Promoção de atividades de interação e convívio.	Idosos autónomos e Semi-dependentes	(a designar)	Milho Nazes (...)
<i>Dia de Poullart des Places</i>	*Celebrarão da morte de um dos fundadores da comunidade espíritana. *Desenvolvimento de ações de reflexão e partilha.	Idosos autónomos e semi-dependentes (Atividade realizada em parceria com os Missionários Espíritanos)	(a designar)	Setembro/Outubro 2 de Outubro
<i>Dia Mundial da Terceira Idade</i>	*Sensibilizar para as problemáticas da terceira idade.	Todos os idosos	(a designar)	(a designar) 28 de Outubro


  
 2  
 2017-2018

<b>Atividade</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Público-Alvo</b>	<b>Auxiliares</b>	<b>Recursos</b>	<b>Calendarização</b>
<b>S. Martinho</b>	*Celebração em comunidade da festa de S. Martinho.	Idosos autónomos e semi-dependentes	Técnicos Voluntários {...}	Castanhas {...}	11 de Novembro
<b>Dia do Voluntário Anima Una</b>	*Valorização do trabalho voluntário na Anima Una.	Idosos autónomos e semi-dependentes e voluntários da instituição.	Auxiliares Técnicos {...}	(a designar)	5 de Dezembro
<b>Decoração de Natal</b>	*Sensibilização dos idosos para a vivência da quadra natalícia.	Idosos autónomos	Auxiliares Técnicos {...}	Enfeites Presépio Árvore de Natal {...}	Dezembro
<b>Ceia de Natal</b>	*Celebração em comunidade da festa de Natal. *Promoção de atividades de interacção e convívio.	Todos os idosos, funcionários, voluntários e direção.	(a designar)	Mesas Cadeiras {...}	Dezembro
<b>Ações de Sensibilização</b>	*Possibilitar momentos de formação e sensibilização sobre determinadas temáticas.	Idosos autónomos	Auxiliares Técnicos {...}	(a designar)	{...}
<b>Intercâmbio intergeracional e institucional</b>	*Fomentar o intercâmbio intergeracional e a partilha de saberes. *Proporcionar momentos de lazer.	Todos os idosos	Auxiliares Técnicos {...}	(a designar)	(data a designar)
<b>Educação/Formação</b>	*Possibilitar momentos de formação em contexto de trabalho. *Contribuir para a aquisição de novos saberes. *Educar /Formar para o Cuidado com a Casa Comum.	Funcionárias de Ação Direta Idosos Anima Una	Técnicos {...}	Mesas Cadeiras {...}	(data a designar)
<b>Passeio Anual da Anima Una</b>	*Proporcionar momentos de partilha e lazer entre os idosos e os diferentes colaboradores da Anima Una.	Idosos autónomos e semi-dependentes, funcionários e voluntários	(a designar)	(a designar)	{data a designar}
<b>Dia do Colaborador</b>	*Promover a interacção e convívio entre os diferentes colaboradores; *Contribuir para a criação de laços e relações facilitadoras do trabalho;	(Atividade realizada com o apoio da Câmara Municipal de Braga)	Funcionários da Anima Una	{a designar}	{data a designar}

Atividade	Objetivos	Público- alvo	Recursos	Calendarização
<b>Atividades de reabilitação Motora</b> <i>Cinesiterapia</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Desenvolver e contribuir para a manutenção da autonomia</li> <li>*Promover o acompanhamento espiritual dos idosos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Todos os Idosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Enfermeiro Técnicos Voluntária [...]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(a designar)</li> </ul>
<b>Animação Espiritual</b> <i>Cuidados de Estética</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Sensibilizar para a importância de se manterem bons hábitos de higiene.</li> <li>*Estimular a atenção, linguagem, memória, funções executivas, gnosiás, praxias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Todos os Idosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Auxiliares Técnicos Sacerdote [...]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(a designar)</li> </ul>
<b>Atividades de reabilitação cognitiva</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Idosos autónomos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Auxiliares Técnicos [...]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Limas Tesoura Alicate [...]</li> </ul>
<i>Passeio/ Visita a Monumentos</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Estimular o contacto com o meio envolvente.</li> <li>*Proporcionar contacto com património cultural.</li> <li>*Promover o contacto com diferentes formas culturais.</li> <li>*Proporcionar momentos de lazer e partilha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Idosos Autónomos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Auxiliares Técnicos Voluntário [...]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(data a designar)</li> </ul>
<b>Atividades Artísticas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Trabalhar e desenvolver a agilidade e motricidade.</li> <li>*Promover momentos de interação.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Idosos autónomos e semi-dependentes,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicos [...]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mesas Cadeiras Jogos Livros [...]</li> </ul>
<b>Jogos Tradicionais/ atividades Lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Trabalhar e desenvolver a agilidade e motricidade.</li> <li>*Promover momentos de interação.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Idosos autónomos e semi-dependentes,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>{a designar}</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jogos Papel (a designar)</li> </ul>
<i>Trabalhos Manuais</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Promover o contacto com diferentes formas de expressão artística.</li> <li>* Trabalhar e desenvolver a criatividade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Idosos Autónomos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Auxiliares Técnicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(datas a designar)</li> </ul>

## Plano das Atividades desenvolvidas semanalmente



Atividade	Objetivos	Público	Recursos	Data
<b>Atividades de reabilitação Motora/ Psicomotricidade/ Cinesiterapia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver e contribuir para a manutenção da autonomia;</li> <li>- Promover o envelhecimento ativo;</li> <li>- Trabalhar a psicomotricidade e motricidade global.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Todos os idosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enfermeiro;</li> <li>- Técnicos;</li> <li>- Voluntária;</li> <li>- (...)</li> </ul>	<b>Todos os dias das 9h30 às 12h30</b>
<b>Jogos Tradicionais/ Atividades Lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de interação e convívio;</li> <li>- Trabalhar e desenvolver a agilidade e a motricidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Idosos autónomos e semi-dependentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jogos;</li> <li>(a designar)</li> <li>- (...)</li> </ul>	<b>Terça-feira</b>
<b>Boccia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proporcionar contacto com diferentes modalidades;</li> <li>- Proporcionar momentos de competição inclusiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>[Parceria com a Câmara Municipal de Braga]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Professor;</li> <li>- Técnicos;</li> <li>- Voluntário;</li> <li>- (...)</li> </ul>	<b>Segunda, Quarta e Quinta-feira de manhã.</b>
<b>Atividades de reabilitação cognitiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estimular a atenção, a linguagem, memória, funções executivas, gnosias, praxias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Todos os idosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Animadora(...)</li> <li>- Mesas;</li> <li>- Cadeiras;</li> <li>- Jogos;</li> <li>- Livros</li> <li>- (...)</li> </ul>	<b>Todos os dias</b>
<b>Cuidados de Estética</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilizar para a importância de se manterem bons hábitos de higiene;</li> <li>- Fomentar o cuidado de si e trabalhar a auto-imagem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Todos os idosos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Auxiliares;</li> <li>- Limas;</li> <li>- Técnicos;</li> <li>- Cabeleireira;</li> <li>- (...)</li> </ul>	<b>Sexta-feira</b> <b>[cabeleireira por marcação]</b>



Atividade	Objetivos	Público	Recursos	Data
<b>Animação Espiritual</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Promover o acompanhamento espiritual dos idosos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Todos os idosos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Auxiliares;</li><li>- Técnicos;</li><li>- Sacerdote;</li></ul>	<b>Todos os dias</b>
<b>Trabalhos manuais</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Promover momentos de interação e convívio;</li><li>- Trabalhar e desenvolver a criatividade;</li><li>- Trabalhar a motricidade.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Idosos autónomos e semi-dependentes.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Técnicos;</li><li>- Auxiliares;</li><li>- (...)</li></ul>	
<b>Atividades artísticas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Promover contacto com diferentes formas de expressão artística;</li><li>- Proporcionar momentos de lazer e partilha de saberes.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Idosos autónomos e semi-dependentes.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Técnicos;</li><li>- Artesão;</li><li>- Actores;</li><li>- (...)</li><li>- (...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mesas;</li><li>- Cadeiras;</li><li>- Barro;</li><li>- Tintas;</li><li>- (...)</li></ul>
<b>Compras na Cidade</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Contribuir para a manutenção da autonomia e bem-estar dos residentes;</li><li>- Permitir o contacto com a comunidade envolvente.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Idosos Autónomos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Voluntários;</li><li>- Motorista;</li><li>- (...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Carro;</li><li>- (...)</li><li>(a designar)</li></ul>
<b>Passeio/ Visita a Monumentos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Estimular o contacto com o meio envolvente; - Proporcionar o contacto com o património cultural.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Idosos autónomos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Técnicos;</li><li>- Motorista;</li><li>- Voluntários;</li><li>- (...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Carrinho</li><li>- (...)</li></ul>
<b>Videochamadas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Estreitar as distâncias com as famílias;</li><li>- Contribuir para o bem-estar das famílias.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Todos os idosos,</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Técnicos;</li><li>- (...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Telemóvel;</li><li>- Internet;</li><li>- (...)</li></ul>
				<ul style="list-style-type: none"><li>- Segunda a sexta-feira</li><li>- Por marcação.</li></ul>

## Piano referente aos Recursos Humanos

Atividade	Objetivos	Público	Recursos	Data
<b>Plano de Formação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Possibilitar momentos de formação em contexto de trabalho;</li> <li>- Contribuir para a aquisição de novos saberes;</li> <li>- Contribuir para a educação/ formação permanente e ao longo da vida.</li> </ul>	Todos os colaboradores da Anima Una	(a designar)	(a designar)
<b>Plano de informatização</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contribuir para a aquisição de novos saberes;</li> <li>- Contribuir para a educação/ formação permanente e ao longo da vida;</li> <li>- Permitir o acesso e a troca de informação mais sistematizada e de forma mais rápida.</li> <li>- Promover a interação e o convívio entre os diferentes colaboradores;</li> <li>- Contribuir para a criação de laços e relações facilitadoras do trabalho.</li> </ul>	Todos os colaboradores da Anima Una	(a designar)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material informático;</li> <li>- Programas adaptados às ERPI;</li> </ul>
<b>Dia do Colaborador</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprovar pela Direção em 06/11/2023</li> </ul>	Todos os colaboradores da Anima Una	(a designar)	Aprovado pela Assembleia Geral em 27/11/2023

Presidente Ricardo Presidente

Vice-presidente Patrícia Pimentel Vice-Presidente

Tesoureiro João Sávio Gomes

Secretário Javonny Secretário

Vogal Fernanda, Ana dos Santos Góes

