



CENTRO CÍVICO POLIVALENTE

"O EMIGRANTE"

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES_2024



***Unidade de Cuidados Continuados Integrados de
Longa Duração e Manutenção***



VIVENDA SÃO FRANCISCO



2	Introdução.....
3	1.Associação Centro Cívico Polivalente "O Emigrante" da Camarneira.....
3	Breve Caracterização.....
4	1.1. Unidade de Cuidados Continuados Internamento de Longa Duração e Manutenção
5	1.3. Estrutura Organizacional.....
5	1.3.1. Gestão.....
5	1.3.2. Recursos Humanos.....
7	1.4. Recursos Físicos.....
7	1.5 Competências da Equipa Multidisciplinar
8	2. Plano Anual de 2024 - Associação Centro Cívico Polivalente "O Emigrante da Camarneira.....
9	2.1. Equipa Multidisciplinar.....
10	3.Plano de Atividades.....
10	3.1. Institucional.....
14	3.2. Equipa Multidisciplinar.....
17	3.3. Interno
17	3.1.1. Atividades multidisciplinares.....
21	3.4. Plano de Formação.....
24	4.Organização de Serviços.....
25	5.Sustentabilidade da IPSS.....
27	ANEXO I.....
28	Plano de Atividades Interno.....

Introdução

O Plano de atividades da Associação Centro Cívico Polivalente “O Emigrante” integrado na valência de Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Longa Duração e Manutenção, Vivenda São Francisco, para o ano de 2024 define um conjunto de propostas a concretizar através de ações à volta dos objetivos estratégicos que orientam a Instituição, de modo a corresponder às solicitações e necessidades de todos os sujeitos ativos ou passivos que nela participam ou dela dependem (utentes/clientes e colaboradores).

As atividades apresentadas estão definidas, tendo em conta os valores, missão e visão da Instituição e as orientações estratégicas para o ano de 2024. A dinâmica de atividades com a presença dos familiares será avaliada no final do internamento, através de um questionário do grau de satisfação dos familiares/clientes. Só assim, a Associação Centro Cívico Polivalente “O Emigrante” poderá oferecer, com sucesso, um serviço à comunidade de qualidade, no plano social, em favor dos seniores, dos mais atingidos pela solidão ou pela doença e envelhecimento.

Pretende-se, pois, a otimização dos serviços prestados pela UCCI Vivenda São Francisco e a racionalização dos recursos existentes. A diminuição das despesas ao nível da estrutura e do funcionamento, a melhoria dos serviços prestados e o reforço/manutenção da imagem da Instituição, serão preocupações permanentes da estrutura de topo. A constante aposta numa formação, necessariamente técnica, mas humanizada, terá que ser reforçada tendo em conta a fragilidade dos nossos utentes, cada vez mais admitidos com mais idade avançada e dependência e necessitar de mais cuidados de saúde. Os colaboradores continuarão a ser uma preocupação permanente e tentaremos levar em frente uma ação que premeia o mérito, mas também que estimule e motive todo um grupo, a quem pedimos todos os dias muita dedicação e trabalho.

Estão, pois, reunidas as condições, não obstante as dificuldades com que nós temos confrontado, para assegurar em todos os momentos, as melhores condições de assistência e bem-estar a todos os utentes da Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Longa Duração e Manutenção.

1. Associação Centro Cívico Polivalente "O Emigrante" da Camarnheira

Breve Caracterização

A Associação Centro Cívico Polivalente "O Emigrante", é uma Associação de serviço público e social, com os seus estatutos no Diário da República desde do ano 2000.

É uma Associação que cumpre as regras estatutárias, como tal está subordinada aos órgãos deliberativos e executivos. Sujeita à fiscalização legal do Ministério das Finanças, do Tribunal de Contas e Segurança Social e atualmente do Ministério da Saúde. Tem protocolos com a Câmara Municipal de Cantanhede, Junta de Freguesia de Covões e Camarnheira e acordos com o Ministério da Segurança Social e Ministério da Saúde.

Está integrada no grupo das IPSS do concelho de Cantanhede e contribui para que este concelho seja dentro de Portugal o Concelho que no campo social apresenta melhores resultados, no âmbito da economia social como vetor fundamental para o desenvolvimento de Portugal.

A Associação Centro Cívico Polivalente "O Emigrante" tem uma valência em funcionamento, a Unidade de Cuidados Continuados e Integrados de Longa Duração e Manutensão, designada por "Vivenda São Francisco".

A Unidade de Saúde e Bem-estar é uma Unidade de Cuidados Continuados de Longa Duração e Manutensão a funcionar desde 1 de dezembro de 2015, para abranger 21 utentes. No dia 1 de novembro de 2020 a Unidade aumentou o número de camas e recebeu mais 9 utentes/clientes para integrar a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados e a partir de 2021 aumentou a capacidade para 42 camas.

Constitui uma mais-valia social, económica e no campo da saúde em Portugal. Apoia as famílias que se enquadraram exatamente nos dados demográficos da região Centro, cada vez mais residentes com idade superior a 65 anos, a taxa de natalidade a diminuir e a taxa de mortalidade a diminuir. Além deste aspeto a toda a Europa e ao concelho de Cantanhede, a população sofre uma forte imigração. Verifica-se que o contacto com as raízes é constante, mas a possibilidade de continuar a rede familiar de apoio aos idosos aos doentes e não só, criou no mundo civilizado a necessidade destas Unidades Hospitalares de apoio às famílias e à sociedade em geral.

A ULDM - Vivenda São Francisco é uma Instituição Pública que dignifica a Região Centro. Está instalada num local privilegiado que pelo seu conjunto populacional contribui para o setor do emprego. A Unidade é regida pelas regras do Instituto da Segurança Social e Administração Regional de Saúde, destaca-se a sua localização no mapa do concelho de Cantanhede. É uma zona de importantes vias de comunicação, fazendo fronteira entre o distrito de Aveiro e o de Coimbra, ao qual pertence.

Em toda a Europa, Cantanhede pode orgulhar-se de ter um desenvolvimento ao nível europeu, em que a tendência é proporcionar à terceira idade um envelhecimento feliz, protegido e acarinhado, pelo que a Vivenda São Francisco cumpre legalmente e humanamente as regras sociais modernas.

1.1. Unidade de Cuidados Continuados Internamento de Longa Duração e Manutenção

A ULDM - Vivenda São Francisco destina-se a pessoas em que a situação de saúde o justifique, e tem como principais objetivos:

- Prestação de cuidados de saúde e de apoio social, decorrente da avaliação conjunta, centrado na recuperação global entendida como o processo terapêutico e de apoio social;
- Promover a autonomia melhorando a funcionalidade da pessoa em situação de dependência, através da sua reabilitação, readaptação e reinserção familiar e social.

Os objetivos específicos da ULDM - Vivenda São Francisco englobam:

- Promoção da autonomia;
- Promoção a reabilitação/readaptação;
- Reintegração das pessoas idosas e cidadãos em situação de dependência;
- Reforçar a participação e corresponsabilização dos seus familiares no processo de cuidados do utente.



Situações de dependência que apresente alguma das seguintes condições:

- Necessidade de cuidados médicos e de enfermagem planejados, mas não permanentes;
- Déficit de autonomia nas atividades de vida diária;
- Dificuldades de apoio familiar ou cujo cuidador tem necessidade de descanso;
- Patologia crônica de evolução lenta, com previsão de escassa melhoria clínica e funcional;
- Tempo de internamento superior a 90 dias.

1.3. Estrutura Organizacional

1.3.1. Gestão

Os Órgãos de Gestão são os seguintes:

- Assembleia Geral
- Direção
- Conselho Fiscal

A IPSS é representada em todos os atos e contratos pelo Presidente da Direção, Prof. Doutor Alexandre Libório Dias Pereira e pelo Tesoureiro Prof. Doutor André Gonçalo Dias Pereira, que assegura diariamente a gestão da Instituição, juntamente com o Pessoal Técnico/Administrativo que labora na mesma.

De sublinhar que todas as decisões importantes são tomadas em reunião mensal pela Direção, ouvindo todos os Órgãos Sociais (Assembleia Geral e Conselho Fiscal), nos termos da Lei e dos Estatutos.

1.3.2. Recursos Humanos

A organização da ULDM - Vivenda São Francisco é fundamentada no dinamismo e competência técnica de todos os seus colaboradores.

Composição da equipa	
Categoria Profissional	Nº
Médica/ Diretora Clínica	1
Equipa Médica	3
Educadora Social/ Diretora Técnica	1
Enfermeira Coordenadora	1
Enfermeiros (Internos)	6
Enfermeiros (Externos)	5
Fisioterapeuta	2
Terapeuta Ocupacional	1
Psicologia	1
Assistente Social	1
Monitora	1
Administrativo	1
Rececionista	1
Auxiliares de Ação Direta	6
Auxiliares de Serviços Gerais (Internos)	5
Auxiliares de Serviços Gerais (Externos)	9
Cozinheira	1
Ajudante cozinha	2

Para cada função que integra o organograma acima apresentado estão definidas responsabilidades, autoridades, requisitos mínimos e sistema de substituições de modo a garantir o bom funcionamento da organização. Essa descrição é feita detalhadamente para cada função na respetiva Descrição Funcional, que consta no processo individual do colaborador.

1.4. Recursos Físicos

Instalações e Equipamentos

Edifício próprio da Instituição de dois pisos, onde funcionam os serviços administrativos e sociais, devidamente autorizado pelas entidades que tutelam as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) e com os equipamentos necessários.

1.5 Competências da Equipa Multidisciplinar

1. Proceder uma avaliação multidimensional do utente, definir o "Plano Individual de Intervenção" e os objetivos atingir;

2. Implementar do ponto de vista técnico, em articulação com a Direção Clínica e Equipa de Enfermagem, os "Planos Individuais de Intervenção" elaborados pelos diferentes técnicos envolvidos na prestação dos serviços, no seguimento das avaliações periódicas e aferição dos respetivos planos;

3. Proceder aos registos necessários ao desenvolvimento das ações, sua monitorização e respetivas avaliações multidisciplinares;

4. Dar parecer sobre os assuntos que lhe sejam apresentados, nomeadamente sobre questões de ética, humanização e qualidade dos serviços, controlo da infeção hospitalar, entre outros, no âmbito das suas competências;

5. Propor ações que visem a melhoria contínua da qualidade dos serviços e uma maior eficácia e eficiência na prestação de cuidados de saúde, podendo no âmbito da discussão deste ponto ter a intervenção do representante da Direção da Associação e/ou da Diretora Técnica da Unidade.

2. Plano Anual de 2024 - Associação Centro Cívico Polivalente “O Emigrante da Camarneira

O presente Plano constitui parte integrante de todas as atividades desenvolvidas na Associação Centro Cívico Polivalente “O Emigrante”, desenvolvendo-se aqui as temáticas específicas na valência da Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Longa Duração e de Manutenção para o decorrer do ano de 2024.

A Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados tem como objetivos a prestação de cuidados de saúde e de apoio social de forma continuada e integrada a pessoas que, independentemente da idade, se encontrem em situação de dependência. Os Cuidados Continuados Integrados estão centrados na manutenção/recuperação global da pessoa, promovendo a sua autonomia e melhorando a sua funcionalidade, no âmbito da situação de dependência em que se encontra.

Os serviços prestados e as atividades desenvolvidas pela Unidade de Longa Duração e Manutenção (ULDM) visam garantir o bem-estar, o conforto, a qualidade de vida e a segurança dos utentes, bem como contribuir para a prevenção, estabilização ou o retardamento do processo de dependência, criar condições que permitam preservar a sociabilidade e ainda incentivar a relação familiar. No sentido da unificação global da equipa multidisciplinar da ULDM VIVENDA SÃO FRANCISCO e da *otimização de recursos humanos*.

A planificação e o registo das atividades serão feitos num modelo próprio mensal, assim como o registo diário. O Plano Anual de Atividades é preenchido de acordo com as atividades da Equipa Multidisciplinar, onde constam os seguintes itens: Atividade, Objetivos Gerais, Recursos Humanos e Materiais, Calendarização e Destinatários. A avaliação das atividades é feita diariamente a cada atividade, ou em caso de impossibilidade no final do dia, na ficha de registo de atividade. Esta calendarização poderá ser mais detalhada no plano de sessão, sendo introduzidas/alteradas atividades não previstas. O registo das atividades contempla: a data, local, designação da atividade e sua descrição, afetação dos recursos (materiais), a respetiva avaliação, o registo de presença dos clientes e observações. Avaliação é uma parte fundamental para toda e qualquer atividade, pois através dela é possível conhecer os resultados. Esta avaliação será feita através da observação direta e do nível de desempenho do utente.

2.1. Equipe Multidisciplinar

O Plano Anual é elaborado pela Equipe Multidisciplinar da UCCI Vivenda São Francisco e assegura:

- Reabilitação funcional de manutenção;
- Atividades de manutenção e de estimulação;
- Cuidados de enfermagem permanentes;
- Cuidados médicos regulares;
- Prescrição e administração de medicamentos;
- Apoio psicossocial;
- Cuidados de fisioterapia e de terapia ocupacional;
- Ocupação do tempo livre;
- Higiene, conforto e alimentação;
- Promover a participação e autocuidado do utente em todo o processo do seu cuidar;
- Promover estratégias de vida ativa, na vertente física, cognitiva, psicossocial, sensorial;
- Promover o uso racional do medicamento;
- Compensar, modificar ou adaptar atividades e/ou ambientes, com o objetivo de melhorar o desempenho e facilitar a participação nas situações de vida do dia-a-dia;
- Promover comunicação com familiares e doente, no contexto da equipa;
- Avaliar a necessidade de assentos especiais e estratégias de prevenção de lesões de pressão;

3. Plano de Atividades

3.1. Institucional

Projetos

➤ *Aumento do número de camas na Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI)*

Construção de um edifício junto a ULDM “Vivenda São Francisco” para aumento das camas na RNCCI, designada por 3ª fase.

O projeto inicial para o aumento de 18 camas na RNCCI é para a unidade de média duração e reabilitação, no entanto, as mesmas podem ser alocadas à tipologia de Longa Duração e Manutenção. A tipologia de média duração e reabilitação tem por finalidade a estabilização clínica, a avaliação e a reabilitação integral da pessoa que se encontre na situação prevista no número anterior.

Pretende-se, com este tipo de unidades, responder a necessidades transitórias, visando maximizar os ganhos em saúde e:

- Evitar permanências desnecessárias em hospitais de agudos;
- Contribuir para a gestão das altas dos hospitais de agudos;
- Reduzir a utilização desnecessária de unidades de internamento de convalescença e de longa duração;
- Promover a reabilitação e a independência dos utentes.

➤ *Projeto “Vivenda São Francisco a Sorrir” - Promoção da Saúde Oral*

A Saúde Oral da população merece especial atenção dos profissionais da ULDM – Vivenda São Francisco pois as doenças orais constituem, pela sua elevada prevalência, um dos principais problemas da saúde da população.

A saúde dos dentes e das gengivas está relacionada com a saúde do corpo inteiro. Naturalmente que os cuidados com os dentes e as gengivas — tanto preventivos, quanto curativos — deveriam fazer parte dos conhecimentos de todos os profissionais de saúde. As doenças orais estão a aumentar na maioria dos países devido a uma alimentação muito industrializada, geralmente adoçada com açúcar branco refinado o que é pouco natural.

Prevê-se no ano de 2024 desenvolver um projeto da Saúde oral com o objetivo de prevenir situações agudas de saúde nos utentes internados na ULDM – Vivenda São Francisco e na comunidade m geral.

➤ Sustentabilidade Ambiental na Unidade de Cuidados Continuados - Vivenda São Francisco - Um Compromisso com o Futuro

Na nossa unidade, encaramos a sustentabilidade ambiental como um compromisso. A implementação de práticas ambientalmente conscientes não é apenas uma escolha, mas parte integrante da nossa responsabilidade para com o planeta e as gerações futuras.

Tratamento de Resíduos e Reciclagem: estamos empenhados em reduzir o nosso impacto ambiental, e isso reflete-se no nosso tratamento de resíduos. Adotamos práticas avançadas de reciclagem para minimizar a quantidade de resíduos enviados para aterros, assegurando a reutilização e reciclagem adequadas dos materiais descartados.

O tratamento dos resíduos hospitalares é realizado por uma empresa externa.

Produtos de Higiene Ambiental Controlados: apostamos em produtos de higiene ambiental que atendem aos mais altos padrões de sustentabilidade. A escolha criteriosa de produtos eco-friendly não é apenas uma opção, mas uma maneira de garantir que a nossa atividade diária não comprometa a saúde do nosso planeta.

Higienização Responsável de Vestiário e Equipamentos: a higienização do vestiário e equipamentos segue as melhores práticas ambientais. Utilizamos métodos que minimizam o consumo de água e energia, assegurando ao mesmo tempo que o ambiente de trabalho é seguro e higiénico.

Painéis Fotovoltaicos: assumimos um papel ativo na transição para fontes de energia mais limpas. A instalação de painéis fotovoltaicos é um passo significativo para reduzir a nossa dependência de fontes não renováveis, contribuindo para a produção de energia de maneira mais sustentável.

Compromisso Contínuo: este não é apenas um momento na jornada da sustentabilidade; é um compromisso contínuo. Estamos comprometidos em explorar e implementar

constantemente novas práticas e tecnologias que promovam a sustentabilidade em todas as facetas da nossa operação.

Ao adotarmos estas medidas, não só protegemos o meio ambiente, mas também construímos uma comunidade que valoriza e promove a responsabilidade ambiental. A nossa unidade é um reflexo do nosso compromisso com um futuro mais verde e sustentável para todos.

➤ *Fisioterapia à comunidade*

O conceito de Saúde tem sofrido, nas últimas décadas, transformações significativas, principalmente no que diz respeito ao Modelo de Saúde adotado, substituindo-se um modelo curativo e reabilitador por um modelo assistencial promotor da saúde, preventivo e essencialmente focado na multidisciplinaridade dos diferentes profissionais da saúde. Neste sentido, entende-se Saúde como “um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade” OMS (Organização Mundial de Saúde).

O projeto **Fisioterapia à comunidade** surge com o intuito do fisioterapeuta da UCCI Vivenda São Francisco rentabilizar o tempo com serviço à comunidade, de aproveitar as excelentes condições do espaço e equipamento existente na ULDM “Vivenda São Francisco”, bem como dar visibilidade ao excelente trabalho desenvolvido.

O serviço de Fisioterapia ao Domicílio tem como objetivos:

- Realizar planos de tratamentos dos clientes em contexto de ginásio ou domicílio, ou seja, lidar com a impossibilidade de deslocação de utentes que necessitam de reabilitação, seja por incapacidade física, falta de acompanhamento, tempo, transporte ou distância;
- Contribuir com a melhoria na qualidade de vida dos clientes que visam à manutenção e promoção da saúde, sejam eles autónomos ou em situação de dependência temporária ou permanente, através do restauro da funcionalidade e promoção do seu bem-estar físico e psicológico.

Os horários disponíveis para este serviço de fisioterapia ao domicílio seriam articulados com as necessidades da UCCI Vivenda São Francisco, no entanto ocorriam 3 vezes por

semana por marcação. Os preços por sessão/ tratamento estariam definidos na tabela de preços a implementar.

➤ Centro de Investigação e Formação

O Centro de Investigação em Educação é dedicado às áreas de intervenção da Associação, visa ao desenvolvimento informado e socialmente comprometido de profissionais de ensino e educação, bem como de outros atores educativos, o projeto toma como seus objetos prioritários de investigação as racionalidades, políticas, contextos, processos e práticas de educação e formação escolar e não-escolar.

O projeto irá ser desenvolvido, sobretudo, na sede da Associação Centro Cívico Polivalente "O Emigrante" da Camarneira, mas terá ligação forte à UCCI, através da participação na intervenção e transformação das políticas e práticas de educação e formação.

3.2. Equipe Multidisciplinar

Objetivos	Objetivos Específicos	Atividades	Recursos	Indicadores
Manter/Melhorar a qualidade dos serviços prestados	- Garantir ambiente calmo e seguro para utentes, familiares e profissionais; - Garantir comunicação empática; - Garantir a transmissão de informação entre profissionais.	- Comunicação com familiar e utentes; - Realização da passagem de turno entre profissionais;	- Equipe Multidisciplinar - Enfermeiros - Médicos - Auxiliares	- Questionário de satisfação dos utentes/cuidadores - Livro de reclamações
Manter o Processo Individual e da plataforma GUCC do Utente atualizado	- Terminar o ano sem nenhuma intercorrência de não cumprimento do Regulamento Interno no registo do processo do utente; - Assegurar periodicidade nos registos do GUCC;	- Realização periódica dos registos previstos no GUCC; - Admissão; - Duas semanas após admissão; - Um mês após admissão e posteriormente mensalmente; - Agudização/intercorrência do internamento dos utentes; - Nota de alta do utente. - Realização diária dos registos de enfermagem no processo individual do utente.	- Computador - Equipe Multidisciplinar - Enfermeiro/a - Utente - Familiares	- GUCC – INOVE SAÚDE - Processo individual do utente

Prestação de cuidados de saúde à Pessoa em situação de défice de autocuidado	- Avaliar estado clínico do utente; - Estabelecer um plano de cuidados; - Fomentar a participação do utente no plano de cuidados; - Aplicar o plano de cuidados; - Incentivar/motivar autonomia do utente; - Englobar família na promoção da autonomia; - Potenciar a autonomia do utente. - Preparar o utente e cuidador para a alta	- Promoção da Autonomia nas AVD; - Avaliação do potencial do utente para a realização das AVD; - Promoção de ensinios ao cuidador/família durante todo o internamento; - Estimulação da participação do utente e/ou cuidador no plano de cuidados estabelecido; - Disponibilização de dispositivos promotores de autonomia/funcionalidade.	- Equipa - Multidisciplinar - Utente - Família - Avaliação Inicial - Escalas	Avaliação Inicial - Escalas
Gerir a Dieta do utente	- Adequar a dieta do utente ao seu estado clínico.	- Coordenação com a cozinha; - Monitorizar a dieta oferecida ao utente; - Quantidade; - Consistência (Pastosa, líquida, normal); - Tipo de dieta (Hipoglicídica, Hipossalina, Hipertéica); - Avaliar capacidade de deglutição do utente;	- Enfermeiro - Coordenador - Diretora Técnica - Nutricionista - Educadora Social - Auxiliares	IMC (IAD) Peso Escala de Avaliação Nutricional

		- Assegurar a higienização das mãos e uso de EPI ao manipular os alimentos. PBCI		
Fomentar a comunicação com a família/cuidadores	- Entrevistar família e utente na admissão; - Realizar integração do utente e família ao serviço; - Promover diálogo ao longo do internamento; - Disponibilizar espaços adequados, promotores do diálogo; - Respeitar cultura e religião do utente/família; - Adequar estratégias de discurso ao estado do utente.	- Promoção de ambiente tranquilo para entrevista com utente e/ou cuidador; - Utilização de estratégias facilitadoras de comunicação quando o utente é afásico ou disártrico (tábua de comunicação, comunicação não verbal, linguagem gestual, sinais); - Utilização de comunicação empática; - Promoção do acompanhamento da família ao utente, nas consultas externas. Comunicação profissional / comunicação terapêutica	- Equipa Multidisciplinar - Espaço adequado	Questionário de satisfação dos utentes/cuidadores.

3.3. Interno

3.1.1. Atividades multidisciplinares

Unidade de Cuidados Continuados Integrados (UCCCI) 2024

Tema	Objetivos	Atividades
Manter laços/relações familiares	- Promover Relações familiares - Minimizar o isolamento - Prevenir/minimizar o declínio do estado emocional de cada utente	- Visitas de familiares/amigos - Videochamadas - Escrita/decoração de cartas e postais - Envio de fotografias/vídeos para familiares
Animação/Estimulação Cognitiva	- Orientar para a Realidade - Prevenir/minimizar o declínio cognitivo e intelectual - Estimular capacidades cognitivas - Contribuir para a melhor qualidade de vida de cada utente - Promover o diálogo e partilha de experiências - Promover de interação entre utentes e funcionários - Promover de atividade mental - Fornecer estímulos - Lazer	- Sessões de Reminiscência - Hora do Conto - Conversas soltas - Atelier de Memória - Estimulação Cognitiva - Culinária - Cantinho das Notícias - Cantinho da Leitura - Oficina da Escrita - Tradição Oral - Expressão Dinâmica - Horta em movimento

	• Evitar o isolamento	
Expressão Física	• Promover habilidades motoras • Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer • Favorecer o desenvolvimento psicomotor • Adquirir novas experiências • Melhorar a qualidade de vida de cada utente • Evitar o isolamento.	• Ginástica do Idoso • Caminhadas • Sessões de Movimento • Dinâmicas de Grupo • Motricidade • Boccia Sénior • Jogos • Saídas ao exterior
Atividades Lúdicas	• Transformar o tempo de ócio em tempo de lazer • Proporcionar momentos lúdicos	• Jogos Lúdicos e Cognitivos • Jogos de Mesa • Comemoração de Datas Festivas
Expressão Plástica	• Promover e estimular a imaginação e a criatividade • Estimular a motricidade fina e coordenação motora • Expressão através das artes plásticas e dos trabalhos manuais • Evitar o isolamento e o ócio • Incrementar a participação ativa dos utentes • Ocupar os tempos livres • Reaproveitar materiais	• Arteterapia • Trabalhos Manuais • Desenho/Pintura • Recortes/Colagens • Trabalhos com tecidos, linhas e lãs • Crochet • Costura

Comemoração dos aniversários dos utentes	• Preservar a identidade dos idosos • Fomentar a confraternização entre utentes • Evitar o isolamento	• Elaboração do Calendário de Aniversários • Confecção de bolo para o lanche • Celebrar o Aniversário
Cuidados Pessoais	• Promover auto-estima e auto-cuidado	• Sessão de Bem-Estar
Atividades Religiosas	• Estimular a espiritualidade • Promover bem-estar através da religião	• Orar • Rezar o Terço • Visionamento da Missa Dominical
Cinema	• Prevenir o declínio cognitivo e intelectual • Estimular capacidades cognitivas • Reminiscência • Evitar o isolamento • Lazer	• Visionamento de filme • Visionamento de vídeos/fotografias de atividades com os utentes
Sessões de Reminiscência	• Valorizar a identidade dos utentes e as suas raízes • Reavivar Memórias • Orientar para a realidade • Lazer • Promover a partilha de experiências • Evitar o isolamento	• Partilha de experiências e conhecimentos • Visionamento de vídeos/fotografias de atividades com os utentes
Boccia Sénior	• Transformar o tempo de ócio em tempos de lazer e divertimento • Evitar o isolamento	• Torneio de Boccia Sénior

Eucaristia	• Estimular a espiritualidade • Promover a realização de rituais espirituais • Promover bem-estar através da religião • Evitar o isolamento	• Celebração da Eucaristia (conforme disponibilidade do Padre Maçarico)
Exposição de Fotografia	• Valorizar o papel dos utentes • Dar a conhecer atividades realizadas pelos utentes	• Exposição de Fotografias
Decoração da Unidade	• Orientar para a realidade • Promover a criatividade • Promover autonomia • Evitar o isolamento	• Decoração da UCCI, nas épocas festivas

PLANO INTERNO DE ATIVIDADES ¹

¹ ANEXO 1

3.4. Plano de Formação

A Unidade de Cuidados Continuados Integrados Vivenda São Francisco tem como um dos seus principais objetivos servir os seus utentes/clientes de forma eficiente, dando especial destaque à área da formação profissional dos seus colaboradores, tendo sempre em linha de conta as exigências legais na matéria, a avaliação da formação realizada nos anos anteriores, o levantamento de necessidades elaborado junto dos seus colaboradores, visando melhorar os níveis de qualificação dos seus recursos humanos.

No planeamento das ações de formação foram consideradas as necessidades identificadas pela equipa multidisciplinar havendo, no entanto, a necessidade de estabelecer prioridades formativas. As formações internas planeadas são estruturadas de modo a ter uma duração máxima de quatro horas e serão integradas nas reuniões multidisciplinares e de enfermagem. Por questão de organização de serviço não haverá formação nos meses de agosto e setembro. O presente planeamento está sujeito a alterações de acordo com as necessidades do serviço e dos profissionais. A calendarização das ações de formação será realizada pela Diretora Técnica e Coordenadora de Enfermagem da UCCI Vivenda São Francisco, convocando os formandos com aviso prévio por correio eletrónico, com a antecedência mínima de uma semana.

Para o ano 2024 apresentamos o seguinte Plano de Formação:

Ação de Formação	Prevista em:	Realizada em:	N.º Horas	Entidade Formadora	Objetivos da Formação	Colaboradores	Observações
Gestão emocional na prestação de cuidados	Janeiro		3h	Formação interna	Dotar a equipa de trabalho de conhecimentos e competências emocionais.	Enfermeiros; Técnicos, Auxiliares	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Normas de Higiene das mãos			2h	Formação interna	Capacitar os colaboradores da utilização de extintores	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha; Administrativo; Rececionista	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Abordagem ao utente em Cuidados Paliativos	Fevereiro		3h	Formação interna	Dotar a equipa de ferramentas para os Cuidados Paliativos	Enfermeiros; Técnicos, Auxiliares	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Prevenção e Combate a Incêndios	Fevereiro		25h	Formação externa	Capacitar os colaboradores da utilização de extintores	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha; Administrativo; Rececionista	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Simulacro/Treino de Evacuação	Março		4h	Formação externa	Dotar os colaboradores de meios de segurança para atuação e situação de perigo	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Humanização dos cuidados em saúde	Abril		3h	Formação interna	Identificar e aplicar estratégias de gestão de stress	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha; Administrativo; Rececionista	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____

Posicionamentos e Transferências	Maio		4h	Formação interna	Capacitar/relembrar os colaboradores da técnicas a utilizar	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Comunicação em Saúde. Confidencialidade dos dados	Junho		4h	Formação interna	Dotar a equipa de ferramentas para o trabalho em equipa	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha; Administrativo; Rececionista	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Noções de HACCP – noções básicas	Julho		2h	Formação interna	Promover uma alimentação adequada ao público alvo da UCC, respeitando as normas de HSA e de alimentação adequada às necessidades individuais dos utentes	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Aux. Cozinha	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Alimenta em utentes com dislalia			2h	Formação interna		Auxiliares; Técnicos;	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Suporte Básico de Vida em DAE	Outubro		4h	Formação interna	Prevenir e Controlar a Transmissão Cruzada de Microorganismo, a Infecção e a Resistência aos Antimicrobianas	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha; Administrativo; Rececionista	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Gestão de conflitos	Novembro		2h	Formação interna	Comunicação da equipa multidisciplinar; Trabalho de equipa	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha; Administrativo; Rececionista	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____
Saúde mental na pessoa idosa	Dezembro		25h	Formação externa	Explorar as formas de atuar nas várias etapas do idoso; Prevenção e reabilitação do idoso	Enfermeiros, Técnicos, Auxiliares; Cozinha; Ajudante Cozinha; Administrativo; Rececionista	EFICAZ: SIM NÃO Data: ____/____/____ Rubrica: _____

4. Organização de Serviços

Domínio da Ação	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Prazo	Financiamento
ULDM - VSF	Melhorar a qualidade do serviço prestado	Direção Técnicos Colaboradores	Janeiro a Dezembro	Janeiro a Dezembro	Financiamento Próprio
Sistema de Qualidade Alimentar - HACCP	Manter a Certificação em HACCP, conseguida em 2023	Direção Eng. Alimentar Diretora Técnica Diretora Clínica/Médicos Enfª Coordenadora/Enfermeiros Colaboradores	Janeiro a Dezembro	Janeiro a Dezembro	Financiamento Próprio
Higiene e Segurança no Trabalho Medidas de Autoproteção	Cumprimento das Medidas de Autoproteção	Direção Técnica Superior de Higiene e Segurança no Trabalho Técnico Superior de Segurança e Proteção Civil Diretora Técnica Colaboradores	Janeiro a Dezembro	Janeiro a Dezembro	Financiamento Próprio
Formação	Encaminhar as/os colaboradores na área de serviço	Direção Diretora Técnica Enfermeira Coordenadora	Janeiro a Dezembro	Janeiro a Dezembro	Financiamento Próprio Financiamento Público

5. Sustentabilidade da IPSS

Domínio da Ação	Ação a desenvolver	Recursos Humanos	Meta	Prazo	Divulgação	Financiamento
Sócios	Angariar novos sócios para a IPSS	Direção Diretora Técnica Coordenadora de Enfermagem Colaboradoras	Janeiro a Dezembro	Janeiro a Dezembro	Cartazes Folhetos Imprensa E-mail	Financiamento próprio
Donativos	Incentivar/Estimular os donativos	Direção Diretora Técnica Coordenadora de Enfermagem Colaboradoras	Janeiro a Dezembro		Cartazes Folhetos Imprensa E-mail	
Atividades de angariação de fundos	Jantar de Aniversário	Direção Diretora Técnica Coordenadora de Enfermagem Colaboradoras	Janeiro a Dezembro		Cartazes Folhetos Imprensa E-mail	
Candidaturas	Realizar candidaturas diversas (IEFP, PRR)	Direção Diretora Técnica Coordenadora de Enfermagem Técnicos	Janeiro a Dezembro			

Divulgação:

Afixação mensal do plano de atividades e cartaz alusivo com forma aplicável.

Elaborado:

Equipa Técnica da ULDM - VSF

Diretora Técnica/Educadora Social: Arla Rita Oliveira

Diretora Clínica: Fernanda das Santos Gonçalves

Enfermeira Coordenadora: Daniela Samaga

Nutricionista: Cláudia Tavares

Fisioterapeuta: Diogo Domingues

Terapeuta Ocupacional: Património Jorje

Psicóloga: Sara Jesus

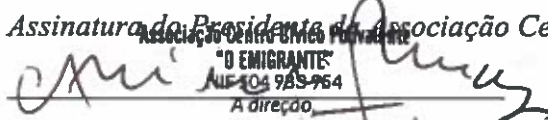
Assistente Social: Suzana Silva Tavares Santiago

Monitora: Alexandra Macedo Baptista

Animadora: Arla Rita

Aprovado em reunião de Direção:

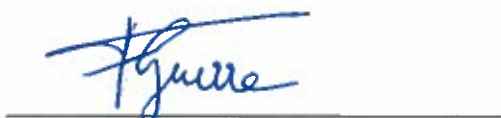
Assinatura do Presidente da Associação Centro Cívico Polivalente "O Emigrante"

 Data: 27 / 12 / 2023

(Prof. Doutor Alexandre Libório Dias Pereira)

Aprovado em reunião de Assembleia Geral

Assinatura do Presidente da mesa de Assembleia Geral

 Data: 27 / 12 / 2023

(Prof. Doutor Fernando Alberto D. R. Alves Guerra)

ANEXO I

Plano de Atividades Interno

A Ocupação de Tempos Livres continua a ser uma das áreas técnicas sociais, da Associação Centro Cívico Polivalente “O Emigrante” da Camarneira. Desenvolvem-se atividades de Animação, Estimulação Cognitiva, entre outras com utentes das Valências de Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Longa Duração e Manutenção (UCCI - ULDM).

Faz parte da Equipa de Animação a Educadora Social, contudo a Terapeuta Ocupacional, a Psicóloga, a Monitora, a nutricionista, o fisioterapeuta e a enfermeira coordenadora contribuem para o plano de atividades.

A Equipa Multidisciplinar tem como principal objetivo promover uma melhor qualidade de vida aos utentes, tendo como foco principal os seus interesses e aspirações. Nesse sentido são realizadas ações que estimulam a participação ativa dos utentes e promovem a sua autonomia a vários níveis: cultural, psicológico, social, afetivo.

As atividades desenvolvidas são: Físicas (Ginástica dos Idoso; Caminhadas; Dinâmicas de Grupo); Cognitivas/Desenvolvimento Pessoal e Social (Estimulação sensorial; Hora do Conto); Culinária; Jogos Lúdicos e Cognitivos; Atelier de Gerações; Cantinho das Notícias); Lúdicas (Passeios/Visitas; Comemoração de Aniversários e outras datas festivas; Jogos de Mesa; Visualização de fotografias ou filmes; Cantares); Expressão Plástica (Trabalhos Manuais; Treino da motricidade; Croché; Costura e trabalhos com tecidos); Religiosas (Eucaristia; Terço; Via Sacra).

A Equipa Multidisciplinar em consonância com a Educadora Social/Animadora elabora o Quadro de Atividades Anual da UCCI-ULDM, e, consequentemente, o Plano de Atividades semanal. As atividades visam proporcionar o relacionamento interpessoal, a valorização da pessoa idosa, colmatar a solidão, o desenvolvimento da motricidade fina, da precisão manual e da coordenação psicomotora. Contrariar os défices de memória, estimular a mobilidade, providenciar o contacto com a comunidade, despertar a criatividade, entre outros benefícios para os utentes, são também objetivos da intervenção.

PLANO INTERNO DE ATIVIDADES

Janeiro	Início do Ano 2 de janeiro	- Incentivar à participação nas atividades por parte dos utentes - Expressar emoções e sentimentos de forma verbal - Desenvolver o vocabulário - Partilhar experiências	- Painel Ano Novo e Paz - Conversa informal sobre a passagem de ano - Relembrar tradições de passagem de ano
	Dia de Reis 6 de janeiro	- Valorizar o papel ativo de cada utente - Proporcionar momentos de alegria - Convívio - Lazer - Partilha de experiências	- Retirar decorações de Natal - Sessão de Reminiscência - Lanche Convívio - Cantar as Janeiras
	Dia Internacional do Obrigado 11 de janeiro	- Trocar experiências e aprendizagens - Valorizar o Papel de Cada Um	- Elaborar cartão para expressar GRATIDÃO - Conversa sobre o tema
	Dia Internacional do Riso 18 de janeiro	- Promover o convívio entre utentes e funcionários - Lazer	Visualização de filme de comédia
	Dia da Escrita à Mão	Estimular motricidade	Escrever carta

	23 de janeiro	• Estimular capacidades cognitivas • Reminiscência	
	Dia ao Contrário 31 de janeiro	• Estimular motricidade, coordenação e capacidades cognitivas • Desenvolver propriocepção	• Dinâmica de grupo • Orientação para a realidade
	Dia da Nossa Senhora das Candeias 2 de fevereiro	• Orientar para a realidade • Estimular motricidade • Estimular capacidades cognitivas • Promover o convívio entre utentes e funcionários • Evitar o isolamento • Estimular a espiritualidade	• Atividade de culinária - Filhoses • Saída ao exterior - Capela da Nossa Senhora das Candeias em Oliveira do Bairro
Fevereiro	Dia Mundial do Casamento 11 de fevereiro	• Estimular capacidades cognitivas • Promover o relacionamento interpessoal e a partilha de experiências • Evitar o isolamento • Recordar tradições	• Sessão de Reminiscência
	Dia de Carnaval 13 de fevereiro	• Orientar para a realidade	• Festa de Carnaval • Decoração da Sala de Convívio

		• Relembrar hábitos, costumes, vivências e experiências do meio sociocultural • Promover o convívio entre utentes e os funcionários • Proporcionar novas experiências • Lazer • Evitar o isolamento	• Cantigas e Disfarces de Carnaval os utentes
	Comemoração do Dia do Amor / Amizade / Dia dos Afetos / Dia de S. Valentim 14 de fevereiro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Promover o relacionamento interpessoal • Promover momento lúdico e de lazer • Evitar o isolamento	• Atividade de estimulação cognitiva - Dia de S. Valentim • Visionamento de Filme
	Quarta-Feira de Cinzas 14 de fevereiro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Evitar o isolamento • Estimular a espiritualidade	• Atividade religiosa • Atividade de reminiscência
Março	Dia Mundial da Oração 1 de março	• Orientar para a realidade • Estimular a espiritualidade	• Atividade religiosa

Dia Internacional da Mulher 8 de março	• Comemoração do Dia Internacional da Mulher • Valorizar o papel da mulher na Sociedade	• Elaborar lembrança para oferecer às mulheres (utentes e funcionárias)
Dia do Pai 19 de março	• Valorizar o papel do utente enquanto Pai	• Elaborar lembrança para oferecer aos pais (utentes e funcionários)
Início da Primavera 20 de março	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade e coordenação • Relembrar experiências • Evitar o isolamento	• Caminhada no exterior • Plantar uma flor • Decorar a Unidade
Dia Mundial da Saúde Oral 20 de março	• Orientar para a realidade • Promover a Saúde Oral e Cuidados de Higiene Oral	• Sessão informativa
Dia Mundial da Árvore 21 de março	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade e coordenação • Relembrar experiências	• Caminhada no exterior • Plantar uma árvore
Domingo de Ramos 24 de março	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas	• Caminhada no exterior • Colher elementos para o ramo

		• Estimular motricidade e coordenação • Estimular a espiritualidade • Relembrar experiências • Evitar o isolamento	• Construir ramo
	Dia do Mundial do Teatro 27 de março	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Promover momento lúdico e de lazer • Evitar o isolamento	• Visionamento de peça de teatro • Saída para o exterior
	Sexta-feira Santa 29 de março	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Promover momento lúdico e de lazer • Evitar o isolamento	• Visionamento de Filme • Decoração da Unidade
	Páscoa 31 de março	• Promover a espiritualidade • Promover hábitos e rituais religiosos	• Beijar da Cruz - Padre Macário
	Dia Mundial da Atividade Física 6 de abril	• Promover e estimular as capacidades físicas e a motricidade dos utentes • Promover o convívio e o bem-estar	• Sessão de Movimento
Abril	Dia Mundial da Saúde	• Promover hábitos saudáveis	• Caminhada no exterior

7 de abril	Promover bem-estar físico e mental	Sessão de bem-estar
Dia Internacional dos Monumentos e Sítios 18 de abril	- Orientar para a realidade - Estimular capacidades cognitivas - Relembrar experiências - Evitar o isolamento	- Atividade de estimulação cognitiva - Viagem por Portugal - Saída ao exterior - Passeio pelo Monumentos e Sítios do Concelho de Cantanhede
Dia de S. Jorge 23 de abril	- Orientar para a realidade - Evitar o isolamento	- Colocar Espada-de-São-Jorge (flor) na entrada da UCCI - Saída ao exterior
Dia da Liberdade 25 de Abril	- Relembrar e partilhar experiências - Orientar para a realidade - Estimular capacidades cognitivas - Evitar o isolamento	- Visionamento de filme - Sessão de Reminiscências
Dia Mundial da Dança 29 de abril	- Orientar para a realidade - Relembrar e partilhar experiências - Estimular capacidades cognitivas - Evitar o isolamento - Promover e estimular as capacidades físicas e a motricidade dos utentes - Promover bem-estar	- Sessão de Movimento - Sessão Musical

Maio	Dia da Mãe 5 de maio	• Orientar para a realidade • Relembrar e partilhar experiências • Estimular capacidades cognitivas • Estimular criatividade e motricidade fina • Evitar o isolamento	• Elaborar lembrança para as Mães (utentes e funcionárias) • Visionamento de filme
	Dia Internacional Sem Dieta 5 de maio	• Orientar para a realidade • Promover a partilha de experiências • Estimular capacidades cognitivas • Evitar o isolamento	• Atividade Culinária
	Quinta-feira da Ascensão 9 de maio	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade e coordenação • Estimular a espiritualidade • Relembrar experiências • Evitar o isolamento	• Caminhada para colher o ramo da espiga
	Dia Internacional do Enfermeiro 12 de maio	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade e coordenação	• Elaborar lembrança para os enfermeiros da UCCI

	• Valorizar os profissionais da UCCI • Evitar o isolamento	
Aparições de Fátima 13 de maio	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade e coordenação • Estimular a espiritualidade • Relembrar experiências • Evitar o isolamento	• Visita ao Santuário de Fátima • Visualização das Celebrações da Fátima
Dia Internacional da Família 15 de maio	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade e coordenação • Relembrar e partilhar experiências • Evitar o isolamento	• Atividade de estimulação cognitiva - Dia da Família • Visionamento de filme
Dia dos Irmãos 31 de maio	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade fina • Relembrar e partilhar experiências • Evitar o isolamento	• Sessão de Reminiscência • Elaborar árvore genealógica

Junho	Dia Mundial da Criança 1 de junho	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade fina • Relembrar e partilhar experiências • Evitar o isolamento	• Sessão de reminiscência • Elaborar lembrança para as crianças da família dos utente
	Dia de Portugal 10 de junho	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Evitar o isolamento	• Atividade de estimulação cognitiva - Passeio por Portugal
	Dia Internacional do Pícnic 18 de junho	• Promover bem-estar • Promover o convívio • Recordar e partilhar experiências • Evitar o isolamento	• Saída ao exterior - Pícnic no Charco de Febres
	Início do Verão 20 de junho	• Orientar para a realidade • Promover autonomia • Estimular capacidades cognitivas • Estimular capacidades físicas • Relembrar e partilhar experiências	• Saída ao exterior - Praias

		• Promover bem-estar • Evitar o isolamento	
	Dia de Santo António 13 de junho	• Orientar para a realidade	
	Dia de São João 24 de junho	• Estimular capacidades físicas e coordenação motora	• Festa dos Santos Populares
	Dia de São Pedro 29 de junho	• Relembrar e partilhar experiências • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Lanche Convívio
Julho	Dia Mundial do Chocolate 7 de julho	• Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	• Atividade Culinária
	Dia Mundial da Pizza 10 de julho	• Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	• Atividade Culinária
	Dia Mundial dos Avós	• Orientar para a realidade	• Sessão de reminiscência

	26 de julho	• Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Visionamento de Filme
	Dia Internacional da Amizade 30 de julho	• Orientar para a realidade • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Lanche Convívio
Agosto	Assunção da Nossa Senhora 15 de agosto	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Sessão de reminiscência
Setembro	Dia Nacional do Psicólogo 4 de setembro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade fina • Valorizar os profissionais da UCCI • Evitar o isolamento	• Elaborar lembrança para os psicólogos da UCCI

Dia Mundial da Fisioterapia 8 de setembro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade fina • Valorizar os profissionais da UCCI • Evitar o isolamento	• Elaborar lembrança para os fisioterapeutas da UCCI
	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Visita ao quartel dos Bombeiros de Cantanhede • Entrega de lembrança / donativo aos bombeiros
Dia Mundial da Paz 21 de setembro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade fina	• Cerimónia das velas (atividade religiosa) • Árvore da Paz
	• Relembrar e partilhar experiências • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Cesta da Gratidão (escrever notas de agradecimento e colocar na cesta para que outros leiam)
Início do Outono 22 de setembro	• Orientar para a realidade • Comemoração da estação do ano	• Decoração da UCCI

		• Estimular motricidade fina • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	
	Dia Mundial do Sonho 25 de setembro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Fazer campanha para ajudar a Fundação Make-a-Wish
Outubro	Dia Mundial do Idoso 1 de outubro	• Comemoração do Dia Mundial do Idoso • Promover o convívio	• Jogos Tradicionais • Boccia • Cantigas e Música
	Dia Mundial do Animal 4 de outubro	• Promover interação grupal com animais • Promover bem-estar • Evitar o isolamento	• Terapia Assistida por Animais - Kiuri
	Implantação da República 5 de outubro	• Orientar para a realidade • Evitar o isolamento	• Cerimónia de hasteamento da bandeira
	Dia Mundial da Saúde Mental 10 de outubro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas	• Sessão informativa • Sessão de bem-estar

		• Evitar o isolamento • Promover hábitos saudáveis	
Dia Mundial da Alimentação 16 de outubro		• Orientar para a realidade • Evitar o isolamento • Promover hábitos saudáveis	• Atividade culinária
Dia Internacional da Maçã 21 de outubro		• Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	• Atividade culinária
Dia Mundial da Terapia Ocupacional 27 de outubro		• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Estimular motricidade fina • Valorizar os profissionais da UCCI • Evitar o isolamento	• Elaborar lembrança para os terapeutas ocupacionais da UCCI
Halloween 31 de outubro		• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Relembrar e partilhar experiências • Adquirir novas experiências	• Decoração da UCCI • Atividade Culinária

		• Evitar o isolamento • Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Lembrar e partilhar experiências • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	• Fazer arranjo floral • Colocar arranjo e velas na Sala dos Fundadores
Novembro	Dia de Todos os Santos 1 de novembro	• Orientar para a realidade • Estimular capacidades cognitivas • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	• Visionamento de Filme Antigo
	Dia Mundial do Cinema 5 de novembro	• Orientar para a realidade • Lembrar tradições • Promover o convívio • Evitar o isolamento	• Lanche Convívio
	Dia de S. Martinho 11 de novembro	• Orientar para a realidade • Promover hábitos saudáveis • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	• Atividade Culinária
	Dia Mundial da Diabetes 14 de novembro	• Orientar para a realidade • Promover hábitos saudáveis • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	

Dezembro	Dia Mundial da Televisão e do Olá 21 de novembro	• Relembrar programas antigos • Relembrar e partilhar experiências	• Sessão de Reminiscência • Visionamento de filmes
	Aniversário da ULDM Vivenda São Francisco	• Comemorar a data de abertura da ULDM Vivenda São Francisco	• Organizar o almoço de aniversário para os utentes/clientes, familiares e comunidade
	Dia da Bolacha 4 de dezembro	• Orientar para a realidade • Estimular motricidade fina e coordenação motora • Adquirir novas experiências • Evitar o isolamento	• Atividade Culinária
	Dia da Imaculada Conceição 8 de dezembro	• Orientar para a realidade • Promover espiritualidade • Evitar o isolamento	• Atividade religiosa
	Início do Inverno 21 de dezembro	• Comemoração da estação do ano • Estimular motricidade fina e coordenação motora	• Decoração da UCCI
	Natal 25 de dezembro	• Orientar para a realidade • Estimular motricidade fina e coordenação motora	• Decoração natalícia da UCCI • Construção do Presépio

		• Explorar a criatividade dos utentes • Relembrar e partilhar experiências	• Diálogo com os utentes sobre a quadra Natalícia
Festa de Natal (data a definir)		• Evitar o isolamento • Convidar familiares • Promover um ambiente festivo acolhedor e caloroso • Promover interação entre Utentes e Colaboradores	• Celebração da Eucaristia • Tarde de Animação • Lanche partilhado
Passagem de Ano 31 de dezembro		• Evitar o isolamento • Promover bem estar emocional • Estimular capacidades cognitivas • Expressão criativa	• Lanterna de desejos, criar uma lanterna em papel onde os utentes possam escrever desejos para o novo ano; • Festa temática