

Centro de Atividades Ocupacionais

Plano Anual de Atividades 2021



Introdução

No cumprimento dos Estatutos da Fundação João e Fernanda Garcia, vem o Conselho de Administração apresentar o Plano de Atividades para o ano de 2021. Este plano insere-se na estratégia definida para o cumprimento da missão e objetivos da instituição, organizam-se em torno dos seguintes Eixos e Objetivos:

- 1- Garantir a qualidade e abrangência dos serviços prestados;
- 2- Reforçar o papel social da organização;
- 3- Assegurar a melhoria contínua dos processos de trabalho e a orientação para os resultados;
- 4- Consolidar a auto sustentabilidade financeira da organização;
- 5- Privilegiar o diálogo com os clientes, famílias, Centro Distrital da Segurança Social de Castelo Branco, Autarquia e IPSS's do Concelho;
- 6- Partilhar com as famílias/cliente o dia-a-dia da instituição para garantir a continuidade da mesma.

Centro de Atividades Ocupacionais (CAO)

O presente documento tem como objetivo a apresentação das atividades que serão desenvolvidas no Centro de Atividades Ocupacionais de Vila de Rei, no decorrer do ano de 2021.

Atendendo que o ano 2020 foi um ano atípico, devido à pandemia (COVID 19) que assolou o território nacional (e mundial), o ano 2021, segundo a prospeção da OMS (Organização Mundial de Saúde), será um ano de mudanças graduais, sendo que todas as atividades que foram suspensas no ano transato, serão restabelecidas mediante a evolução ou resseção do vírus, sendo que o presente plano vai ser elaborado, tendo em conta as duas perspetivas.

Independente da evolução pandémica, os princípios desta resposta mantêm-se:

- promover níveis de qualidade de vida nas suas várias dimensões (relações interpessoais; autodeterminação; bem-estar emocional, físico e material; cidadania e direitos) através da realização de atividades ocupacionais;

- fomentar estratégias de reforço da auto estima, da valorização e de autonomia pessoal e social;

- assegurar as condições de estabilidade necessárias para o reforço da sua capacidade e autonomia.

Tendo em conta estes princípios, iremos apresentar as atividades a desenvolver no próximo ano:

- Atividades Regulares;
- Atividades não regulares;
- Calendário de atividades.

Atividades Regulares

As atividades regulares, têm como objetivo promover a participação e o envolvimento dos clientes em atividades adequadas ao seu perfil, às suas dificuldades/limitações e motivações.

A realização de atividades, tem como objetivo principal, estabelecer um programa de participação que seja favorável à aquisição e/ou manutenção de competências para o desempenho de papéis em diversos contextos, promovendo a satisfação, a valorização e o crescimento pessoal dos nossos clientes.

Atividades Regulares

Relacionadas com Lazer

- Passeios pedestres;
- Jogos lúdicos/ didáticos;
- “Contacto com a tecnologia”;
- Jardinagem.

Relacionadas com a participação no trabalho e relacionadas com a participação em atividades da vida diária instrumentais.

- Trabalho em madeira (corte/pirogravura)
- Ajuda na Cozinha
- Vestir batas
- Costura

Relacionadas com a saúde e bem-estar individual.

- Piscina
- Ginásio

Relacionadas com atividades da vida diária.

- “Escolinha”
- Biblioteca
- Biblioterapia
- Lavandaria, Jardinagem e Cozinha

“Escolinha”

Local de realização: Salas de Atelier

Período de realização: Quarta-feira 10h – 11h/ 11h – 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 20 (10/10)

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Técnicos/ Colaboradores Internos

Esta atividade tem como principal objetivo, o estímulo cognitivo dos clientes sendo também de carácter lúdico-terapêutico. Procura-se manter presentes as aprendizagens que os nossos clientes foram adquirindo ao longo da vida. Assim, pretende-se trabalhar:

- O reconhecimento de letras, palavras e frases;
- O reconhecimento dos números;
- A identificação de imagens;
- Identificação pessoas;
- Estimular o raciocínio, a concentração, a memória e a organização.

Biblioteca:

Local de realização: Biblioteca Municipal José Cardoso Pires (BMJCP)

Período de realização: Quarta-feira 14h – 15h/ 15h – 16h

Capacidade máxima prevista de participantes: 20 (10/10)

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Técnicos/colaboradores da BMJCP.

Nesta atividade, os clientes deslocam-se à Biblioteca Municipal de Vila de Rei com o objetivo de realizar tarefas planificadas pela mesma. Realizam-se atividades de carácter lúdico-terapêutico trabalhando-se competências:

- Cognitivas: atenção, concentração, memória;
- Sensoriais: ouvir e identificar histórias; trabalhar a motricidade através do contacto com diferentes materiais;
- Sociais: participação em atividades coletivas e intergeracionais.

Piscina:

Local de realização: Piscina Municipal de Vila de Rei

Período de realização: Terça-feira 10h – 11h/ 11h – 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 20 (10/10)

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Professora de Natação

A atividade em meio aquático tem como objetivo proporcionar um ambiente facilitador e lúdico de modo a promover competências psico-motoras, desenvolvimento da coordenação motora, equilíbrio e orientação espacial. A natação adaptada é uma atividade física desenvolvida com o intuito de aumentar o potencial e as capacidades dos clientes, quer ao nível psicomotor, como na aquisição das competências do nado e adaptação ao meio aquático. A natação adaptada tem como objetivo a promoção da autonomia dos clientes no meio aquático, aumento da resistência e aprendizagem dos vários estilos de natação.

Ginásio:

Local de realização: Sede

Período de realização: Quinta-feira 10h – 11h/ 11h – 12h

Capacidade máxima prevista de participantes: 20 (10/10)

Técnico responsável pela orientação e dinamização: colaboradores

É uma atividade física desenvolvida com o intuito de promover a coordenação motora, consciência corporal, orientação espacial, através de exercícios adequados aos interesses e necessidades dos clientes.

A razão da prática de exercícios inclui o reforço da musculatura e do sistema cardiovascular, a perda de peso e o combate ao sedentarismo.

Biblioterapia:

Local de realização: Sala de atividades do Lar residencial

Período de realização: Sexta-feira 10h – 10h30/ 10h30 – 11h

Capacidade máxima prevista de participantes: 20 (10/10)

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Técnicos da BMJCP e/ou colaboradores

É utilizada como instrumento de terapia através da leitura de contos. A leitura funciona com atividade de lazer, para aliviar a tensão, como forma de transportar os clientes para outras realidades bem como estimular a sua criatividade e imaginação.

Cozinha e vestir batas:

Local de realização: Refeitório/ Atelier's

Período de realização: de 2ª a 6ª

Capacidade máxima prevista de participantes: 3

Técnico responsável pela orientação e dinamização: colaboradores

São atividades que servem essencialmente para criar um sentimento de responsabilidade nos clientes. Todas as semanas são destacados 3 clientes para desempenhar estas tarefas.

Esta atividade destina-se a clientes com competências para desempenhar tarefas com o mínimo de ajuda, e com competências de aprendizagem que lhes permitam adquirir e/ou desenvolver novas competências.

Pretende-se promover o máximo de autonomia dos nossos clientes em atividades da vida diária instrumentais e proporcionar-lhes um maior número de oportunidades de participação social.

Atelier's

Neste modelo de funcionamento cada cliente frequenta um atelier, tendo em conta os seus gostos e capacidades tendo um atelier de referência onde realizam trabalhos especificamente propostos para eles. Assim, irá privilegiar-se a realização de atividades e trabalhos de caráter individual.

Atelier de Pontos e Bordados:

Neste atelier procura-se desenvolver trabalhos de costura, aproveitando os conhecimentos e as vivências de alguns clientes. São desenvolvidas algumas técnicas de bordados estimulando a motricidade fina e a destreza manual, mantendo o equilíbrio emocional e social. Desenvolvem-se competências relacionadas com a distinção de matérias e a utilização correta dos instrumentos de costura. Fomenta-se a valorização pessoal e social dos clientes.

Atelier de Artes Plásticas:

São realizadas as atividades de estimulação sensorial, trabalhos manuais/expressão plástica, e espaço temático. Neste atelier, procura-se adequar as atividades realizadas às necessidades específicas dos clientes. Trabalham-se várias técnicas e vários materiais como: pintura em tela; pintura em madeira; trabalho em madeira (pirogravura); corte e colagem de materiais; modelagem; pintura em gesso; técnica do guardanapo entre outras.

Promove-se a expressão artística como forma de comunicação, fomenta-se a criatividade, mantém-se o equilíbrio emocional e social sempre com o intuito de valorizar o cliente enquanto cidadão.

Atividades não regulares

As atividades não regulares têm como objetivo enriquecer o leque de experiências relacionadas com a participação social, que o Centro de Atividades Ocupacionais pode oferecer. Auxiliam o exercício de orientação espacial, temporal e pessoal dos nossos clientes, promovendo estratégias de valorização e de autonomia pessoal. A sua proposta é realizada anualmente, sendo suscetíveis de alterações que possam surgir ao longo do ano.

Atividades não regulares

Atividades Sazonais

- Época balnear (idas a praias fluviais e piscina);
- Festividades de Natal;
- Visita de encerramento de atividades.
- “Semana da Deficiência”

Atividades Temáticas

- Exposição
- Comemo
- Banca do
- Dia da Da
- Comemo
- Lembran
- Dia do Ar
- Comemo
- (Exposição
- Baile de C

Atividades comemorativas de épocas festivas

- Festa de Natal (Apresentação de um vídeo);
- Desfile de Carnaval;
- Celebração da Páscoa;
- Celebração dos Santos Populares;
- Magusto.

Vila de Rei, 27 de novembro de 2020.

Aprovado pelo Conselho de Administração
