

Lar Residencial

Plano Anual de Atividades 2026



Introdução

O Plano Anual de Atividades consiste num documento orientador da resposta social Lar Residencial que reflete o pensamento sobre o que será a ação da Fundação João e Fernanda Garcia no ano de 2026. Desta Forma, este documento baseia-se na necessidade de responder aos desafios existentes e na ambição de ir ao encontro das necessidades dos clientes. É de salientar que, todas as atividades são idealizadas e executadas em função da sua satisfação e desenvolvimento pessoal.

O presente plano tem como finalidade, o estímulo permanente da vida mental, física e afetiva dos clientes, valorizando e potencializando as competências, aprendizagens, vivências e experiências dos mesmos. Este estímulo é crucial para desenvolver as várias capacidades, designadamente, físicas, cognitivas, sensoriais, emocionais e sociais.

A concretização das atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar o seu desenvolvimento, pelo que, ao longo do ano, poderão ser adotadas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades. É ainda de destacar que as atividades que se pretendem desenvolver, inserem-se na estratégia definida para o cumprimento da missão e objetivos da instituição e organiza-se em torno dos seguintes eixos e objetivos:

1. Garantir a qualidade e abrangência dos serviços prestados;
2. Reforçar o papel social da instituição;
3. Assegurar a melhoria contínua dos processos de trabalho e a orientação para os resultados;
4. Consolidar a autossustentabilidade financeira da instituição;
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.

Contextualização

A Fundação João e Fernanda Garcia é uma Instituição Particular de Solidariedade Social e compreende duas respostas sociais, nomeadamente, o C.A.C.I. (Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão) e o Lar Residencial.

Segundo o artigo 1º da Portaria nº59/2015, a resposta social Lar Residencial, é um estabelecimento para alojamento coletivo, de utilização permanente, de pessoas com deficiência e incapacidade que se encontrem impedidas de residir no seu meio familiar. Conforme o artigo 4º, a resposta supracitada tem como objetivos:

- A) Contribuir para o bem-estar e melhoria da qualidade de vida dos residentes;
- B) Promover estratégias de reforço da autoestima pessoal e da capacidade para a organização das atividades de vida diária (AVD'S);
- C) Promover e/ou manter a funcionalidade, autonomia e independência do residente;
- D) Facilitar a integração em outras estruturas, serviços ou estabelecimentos mais adequados ao projeto de vida dos residentes;
- E) Promover a interação com a família e com a comunidade.

Apesar do Lar Residencial constituir uma resposta social de carácter permanente e pressupor uma estadia duradoura dos clientes, privilegia ao máximo as relações familiares, fomentando o maior envolvimento possível da família no seu projeto de vida.

Tendo em conta os objetivos apresentados, torna-se crucial apresentar e explicitar as atividades a desenvolver no próximo ano:

- I. Atividades Ocupacionais;
 - II. Atividades Terapêuticas;
 - III. Animação Sociocultural
 - a. Trabalhos manuais;
 - b. Atividades desportivas/lúdicas;
 - c. Atividades sazonais.
 - d.
- I. Atividades Ocupacionais**

Estas atividades permitem desenvolver, promover ou manter a capacidade de realizar as atividades significativas do dia-a-dia. De forma a aprimorar o desempenho ocupacional nas

atividades de vida diária (AVD'S), atividades de vida diária instrumentais (AVDI'S), lazer e participação social.

Pretende-se que os clientes com maior capacidade cooperem com os trabalhadores nas pequenas tarefas domésticas, nomeadamente, fazer a cama, manter a higiene e arrumação dos quartos. Assim como, na cozinha, como ajudantes na preparação dos alimentos para as refeições. No refeitório, responsabilizando-se pelas tarefas rotineiras (colocação dos utensílios para as refeições, levantamento das loiças, limpeza, entre outros) e manutenção geral dos espaços interiores e exteriores.

Também se pretende, realizar sessões individuais e de grupo, para treino de habilidades sociais, alimentação, vestir, calçar, tomar banho, usar o dinheiro, entre outras.

As atividades mencionadas têm como objetivo:

- A. Oferecer ao cliente uma maior autonomia e independência a nível pessoal e social;
- B. Elevar o dia-a-dia;
- C. Viabilizar a interação com o meio;
- D. Desenvolvimento das capacidades, físicas, emocionais e relacionais.

II. Atividades Terapêuticas

As atividades terapêuticas promovem a recuperação de funções, habilidades e capacidades, por meio de intervenções controladas e estruturadas. Estas podem ser realizadas em sessões individuais ou de grupo, com o objetivo de desenvolver as diferentes áreas funcionais. Podem incluir exercícios de fortalecimento muscular, mobilidade, treino de equilíbrio e coordenação motora, atividades cognitivas, técnicas de relaxamento, treino de motricidade fina e desenvolvimento de competências sociais. O foco é trabalhar aspetos físicos, cognitivos, emocionais e sociais do cliente, de forma a melhorar a sua participação ativa.

III. Animação Sociocultural

a. Trabalhos Manuais

Ambiciona-se realizar atividades de estimulação sensorial, trabalhos manuais/expressão plástica (bordados, pintura e tecelagem) e espaço temático.

Os trabalhos manuais têm como intuito:

- A. Desenvolvimento das aptidões e competências;
- B. Proporcionar o contacto/aplicação de vários objetos, materiais e texturas;
- C. Desenvolver a coordenação óculo-manual, atenção, concentração, autonomia, sentido estético, funções executivas, orientação temporal, escrita e comunicação;
- D. Aprender a criar artigos;
- E. Fomentar hábitos de trabalho;
- F. Interação entre pares.

b. Atividades desportivas/lúdicas

Tenciona-se promover atividades que proporcionem momentos de lazer e entretenimento (passeios de lazer e convívio social), utilização dos serviços comunitários (biblioteca e piscina), jogos ludo-pedagógicos e atividade física.

As atividades referidas têm como intuito:

- A. Interagir com o meio envolvente;
- B. Promover a interação social;
- C. Consciencialização/ orientação espacial e temporal;
- D. Estimular a atenção/concentração e coordenação motora;
- E. Promover a motricidade fina, linguagem e expressão corporal.

c. Atividades sazonais/comemorativas de épocas festivas

As atividades sazonais têm como intuito fortalecer as competências pessoais e sociais, estimulando as funções cognitivas e a socialização, mediante a execução e envolvimento em experiências variadas, nomeadamente, desfile de Carnaval, celebração da Páscoa, celebração dos Santos Populares, frequentar praias fluviais e piscina, semana da deficiência, magusto e festa de Natal.

As presentes atividades têm como finalidade:

- A. Potencializar capacidades e competências;
- B. Proporcionar o contacto com vários objetos e materiais;
- C. Criar hábitos de trabalho;
- D. Interação com o meio envolvente;
- E. Estimulação da criatividade;

F. Interação com os pares;

Face ao exposto, é de salientar que, as atividades expostas serão centradas nas especificidades de cada cliente. O presente plano reflete o envolvimento da instituição em dar continuidade ao trabalho efetuado em anos anteriores, elevando o seu compromisso com a melhoria contínua dos serviços prestados.

A Fundação João e Fernanda Garcia conta com o empenho, partilha e dedicação dos trabalhadores e Direção para o pleno cumprimento dos seus objetivos, tentando dar a melhor resposta às necessidades identificadas pelos clientes, proporcionando assim, satisfação, valorização pessoal e mais qualidade de vida.

Vila de Rei, 27 de novembro de 2025

Aprovado pelo Conselho de Administração
