

Plano de Ação



*Cuidar com amor
reavivar a esperança*

Ano letivo 2024/2025

Índice

INTRODUÇÃO	3
CRECHE E JARDIM DE INFÂNCIA - O BOTÃOZINHO.....	5
1. Caracterização da Instituição	6
Princípios Orientadores	6
Missão.....	7
Visão.....	7
Valores.....	7
Política de Qualidade.....	7
Organização temporal de funcionamento	8
Organização dos Recursos Humanos	8
Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva - EMAEI.....	9
Legislação Aplicável.....	11
Parcerias.....	11
2. “Cuidar com amor, reavivar a esperança”	13
3. Projetos e atividades que materializam o Cuidado e a Esperança	15
Projeto Arte para todos: Cultura e Inspiração na infância.....	15
Cultura de portas abertas.....	16
Projeto Crescer e Brincar ao ar livre.....	17
Projeto Intergeracional.....	18
Atividades complementares.....	19
Psicomotricidade – Terra das crianças	19
Expressão Musical - Foco musical	19
4. Plano Anual de Atividades – Resposta Social de Creche 2024/ 2025	22
5. Plano Anual de Atividades – Resposta Social de Pré-Escolar 2024/ 2025.....	26
6. Avaliação.....	35
ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS - LAR BETÂNIA.....	36
1. Princípios de ação.....	38
2. Caracterização orgânica e funcional da instituição.....	38
3. Temática a trabalhar “Cuidar com amor, reavivar a esperança”	40
4. Equipa Interdisciplinar	41
4.1. Área Social	411
4.1.1. Avaliação Multidimensional	41
4.1.2. Plano Individual	42

4.1.3. Acompanhamento social	42
4.2 Acompanhamento individual	44
4.3 Ateliers.....	44
4.4 Estimulação.....	45
4.5 Atividades de carácter espiritual	46
4.6 Plano Anual de Atividades.....	47
5. Área da Saúde	50
5.1 Médico	50
5.2 Enfermagem.....	50
5.3 Fisioterapia.....	52
5.3.1 Classe de mobilidade e Classe de mobilidade e prevenção de quedas.....	52
5.3.2 Intervenção individual	52
5.4 Rede de suporte formal	53
5.5 Rede de suporte informal.....	54
6. Parcerias	54
Conclusão	56
Bibliografia	57

Introdução

O Centro de Cooperação Familiar (CCF) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, com sede na Rua de Luanda, nº 256 – 2775-369 Carcavelos/Parede, Concelho de Cascais, Distrito e Diocese de Lisboa. Desenvolve a sua atividade em dois Equipamentos Sociais: a Creche e o Jardim de Infância “O Botãozinho”, que funciona na Sede, e a Estrutura Residencial para Pessoas Idosas - “Lar Betânia” - a funcionar em Fátima, na Rua Mons. Joaquim Alves Brás, nº 94.

Enquanto membro integrante da Família Blasiana, esta entidade está em celebração Jubilar, assinalando os 100 anos de Ordenação Sacerdotal do seu Fundador – Venerável Pe. Brás – com o tema “Atravessados pelo Amor e pela Esperança – Cuidar as Famílias com(o) o Pe. Brás”. Enquanto Instituição Católica, comunga, também, do Jubileu da Igreja, dinamizado pelo tema: “Peregrinos de Esperança”.

Cada ano de atividades, conforme a conjuntura envolvente, traz novos desafios às Instituições. No que concerne às duas Respostas Sociais que integram o CCF, os vários intervenientes na ação, neste ano, estão empenhados na articulação de sinergias que visem qualificar procedimentos e desempenhos promotores de serviços de qualidade, adequados aos destinatários da missão – os utentes e as suas famílias. O respeito pela vida e a dignidade da pessoa são valores que sustentam toda a ação a desenvolver neste ano Jubilar, atravessado pelo signo da esperança e da gratidão, duas virtudes complementares, transversais ao espírito que caracteriza os Jubileus.

É neste contexto, e tendo como pressuposto principal o conhecimento real dos utentes e suas famílias, que foi definido o tema **“Cuidar com amor, reavivar a esperança”**, que irá dinamizar a vida e ação da ERPI *_ Lar Betânia_* e da Creche e Jardim de Infância *_ O Botãozinho_* ao longo do ano 2024-2025.

Numa sociedade fortemente marcada pela cultura do individualismo e que exalta a produção e a eficiência; onde a velhice e a doença são vividas, frequentemente, na solidão e, por vezes, até no abandono, cuidar da pessoa idosa com humanidade, profissionalismo, amor, alegria e respeito, privilegiando relações afetuosas e de escuta ativa é reavivar a esperança e dar vida aos anos. Este é o grande objectivo da ERPI, Lar Betânia, para este ano.

Por seu lado, e tendo como principal objetivo o atendimento a crianças na primeira infância, a Creche e Jardim de Infância *O Botãozinho* define-se também como um serviço de apoio social e familiar, um espaço aberto a todos os níveis sociais, uma comunidade educativa onde se procura o envolvimento de todos: direção, pais, educadores, comunidade e crianças.

Todos juntos, pretendemos ser verdadeiros Peregrinos e Semeadores de Esperança ao longo deste novo letivo!

Creche e Jardim de Infância

O BOTÃOZINHO



1. Caracterização da Instituição

Princípios Orientadores

Sendo uma Instituição Cristã Católica, o Centro de Cooperação Familiar pauta o seu ser e agir por princípios e valores humano/cristãos, assim:

- Olha a criança na sua dimensão humana e espiritual e, como tal, tem de ser tratada com respeito, carinho e afeto, crescendo num ambiente propício ao seu desenvolvimento integral.
- Considera a Família como elemento natural e fundamental da sociedade, espaço privilegiado para o desenvolvimento harmonioso da vida e da personalidade da criança.
- Defende que os pais têm direito de educar os seus filhos livremente, de acordo com as suas convicções religiosas, ideológicas e éticas, como primeiros e principais educadores.
- Visa a colaboração entre a Igreja e a Sociedade, favorecendo o diálogo, a compreensão, a tolerância e a amizade entre famílias e os grupos em espírito de partilha.
- Vivencia o processo educativo priorizando todo um conjunto de valores que dão sentido à vida: o amor, a verdade, a liberdade e a responsabilidade, estabelecendo relações interpessoais baseadas nestes valores, que fazem da escola uma continuidade do ambiente familiar.

Missão

Promover a família, na sua dimensão social e espiritual, cooperando com esta na educação e no desenvolvimento integral da criança entre os 3 meses e os 6 anos: acolhendo, respeitando, inovando, na procura constante de um serviço de excelência.

Visão

O CCF “O Botãozinho” tem como visão alargar a resposta prestada às famílias identificando-se enquanto instituição reconhecida pela qualidade.

Valores

Tendo como carisma a Família pauta-se por determinados valores, tais como:

- **Espiritualidade:** é uma das características da instituição, numa procura constante de um clima de tolerância, afecto, proximidade e abertura à família e à comunidade.
- **Liberdade com Responsabilidade:** pressupõe formar cidadãos autónomos, dotados de espírito crítico, visando o seu desenvolvimento sociomoral.

- **Transparência:** é a conduta da instituição nas relações que estabelece com todos os intervenientes na comunidade educativa.

Política de Qualidade

A Política da Qualidade do Centro de Cooperação Familiar, Creche e Jardim-de-Infância “O Botãozinho” assenta no funcionamento do Sistema de Gestão de Qualidade, baseado nos princípios de Qualidade do Referencial Normativo do Instituto da Segurança Social, na procura contínua do aperfeiçoamento e excelência.

Para tal, a Direcção compromete-se a:

- Satisfazer os clientes, suas famílias e parceiros, respondendo às suas necessidades e indo ao encontro das respetivas expectativas;
- Garantir a qualidade na prestação dos serviços na área da educação e do desenvolvimento da criança, de acordo com a legislação e normas aplicáveis;
- Promover o desenvolvimento pessoal e social de todos os colaboradores, assegurando a sua formação e qualificação, criando as condições para a existência de uma equipa competente, fortemente motivada e comprometida com os objetivos da qualidade.

Organização temporal de funcionamento

Tabela 1. Organização do tempo na Resposta Social de creche					
Horário de Funcionamento					
Abertura	Atividades pedagógicas	Período do Almoço	Período do Repouso	Lanche	Encerramento
07H30	09H00	11H00	12H00	15H30	19H00
A Creche e Pré-escolar do CCF encerra aos sábados, domingos, feriados nacionais e municipal					

Tabela 2. Organização do tempo na Resposta Social de Jardim de infância						
Horário de Funcionamento e componentes letiva e de apoio à família						
Abertura Componente Apoio à Família	Componente Letiva	Período do Almoço	Período do Repouso	Componente Letiva	Prolongamento Componente Apoio à Família	Encerramento
07H30 - 08H30	08H30	11H30	12H30 (Crianças dos 3 e 4 anos)	13H30 -16H30	18:00H -19:00H	19:00 H
A Creche e Pré-escolar do CCF encerra aos sábados, domingos, feriados nacionais e municipal						

Organização dos Recursos Humanos

Tabela 3. Respostas Sociais Educativas: Creche e Pré-Escolar e Pessoal afeto a cada Resposta Social						
Respostas Educativas (Localização)	Idade	Sala	N.º máx. de crianças	Equipa Pedagógica	Equipa Apoio	Coordenação
Creche (Edifício Creche)	0-12 meses	Miosótis	10	1 Auxiliar de Educação 1 Aj. de Ação Educativa 1 Educador de Infância*	1 Aj. de Ação Educativa	Direção Técnica
		Frésias	10	1 Auxiliar de Educação 1 Aj. de Ação Educativa 1 Educador de Infância*		
		Lírios	10	1 Auxiliar de Educação 1 Aj. de Ação Educativa 1 Educador de Infância*	1 Aj. de Ação Educativa	
	1-2 anos	Amores-Perfeitos	14	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa	1 Aj. de Ação Educativa	
		Dálias	14	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
		Margaridas	14	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
	2-3 anos	Nenúfares	18	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa	2 Aj. de Ação Educativa	
		Papoilas	18	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
	Total de creche			108		
Pré-Escolar (Edifício Pré-Escolar)	3-6 anos	Jasmins	25	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa	2 Aj. de Ação Educativa (apoio)	Direção Pedagógica / Psicologia
		Girassóis	25	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
		Tulipas	25	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
		Malmequeres	25	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
		Violetas	25	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
		Orquídeas	25	1 Educador de Infância 1 Aj. de Ação Educativa		
Total de pré-escolar			150			
TOTAL Creche e Pré-Escolar			258			

*Educador de Infância comum às três salas de berçário (Miósotis, Frésias, Lírios)

Para além da equipa educativa acima mencionada, a instituição dispõe também de 2 psicomotricistas, 1 professora de expressão musical e 1 professora de inglês que lecionam as atividades complementares ao projeto educativo de psicomotricidade, expressão musical e aulas de inglês.

Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva - EMAEI

A equipa multidisciplinar de apoio à educação inclusiva (EMAEI) constitui-se como um recurso organizacional específico de apoio à aprendizagem, tendo em vista uma leitura alargada, integrada e participada de todos os intervenientes no processo educativo. A EMAEI potencia o reconhecimento da mais-valia que é a diversidade das características individuais de cada criança, encontrando formas de lidar com essa diferença, adequando os processos de ensino às características e condições individuais de cada criança, mobilizando os meios de que a Escola dispõe para que todos aprendam e participem na vida da comunidade educativa.

Esta estrutura apoia as equipas pedagógicas na identificação das barreiras à aprendizagem com que a criança se confronta, propondo estratégias para as ultrapassar, de modo a assegurar que cada criança tenha acesso à Educação enquanto direito.



Gráfico 1. Constituição da EMAEI na instituição

Tabela 5. Organização do colaboradores pelos restantes serviços da instituição		
Organização pessoal não docente pelos serviços		
		Coordenação
Serviços administrativos	Contabilista	Direção
	Secretaria/Portaria	
Serviços Gerais	9 assistentes operacionais	
	1 cozinheira	
	1 ajudante de cozinha	

A Instituição funciona ainda como centro de estágio para diversas Escolas Superiores e Profissionais de Educação bem como para Ordem dos Psicólogos Portugueses.

Destaca-se a estabilidade da equipa (continuidade e experiência na instituição), a qualificação e experiência profissional e as práticas de trabalho de equipa, com reuniões regulares da Equipa Pedagógica (quinzenal por resposta social), reflexão, planeamento, avaliação e reuniões gerais de equipa pedagógica mensais.

Legislação Aplicável

Sem prejuízo de outros diplomas legais ou regulamentares que estejam ou venham a estar em vigor, a Creche e Jardim de Infância “O Botãozinho” rege-se pelos seguintes diplomas:

- a) Estatuto das IPSS, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 119/83 de 25 de fevereiro e alterado pela Lei n.º 172-A/2014, de 14 de novembro e pela Lei n.º 76/2015, de 28 de julho;
- b) Regime jurídico de instalação, funcionamento e fiscalização dos estabelecimentos de apoio social geridos por entidades privadas, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 64/2007, de 14 de março, alterado e republicado pelo Decreto-Lei n.º 99/2011, de 28 de Setembro e novamente alterado e republicado pelo Decreto-Lei n.º 33/2014, de 4 de março;
- c) Normas reguladoras das condições de instalação e funcionamento de Creches geridas por instituições particulares de solidariedade social, estabelecidas na Portaria n.º 262/2011, de 31 de agosto, alterada pela Portaria n.º 411/2012, de 14 de dezembro;
- d) Modelo específico da cooperação estabelecida entre o Instituto da Segurança Social, I.P. (ISS, I.P.) e as Instituições Particulares de Solidariedade Social ou legalmente equiparadas, estabelecido na Portaria n.º 196-A/2015, de 01 de Julho, alterada pela Portaria n.º 296/2016, de 28 de Novembro, pela Portaria n.º 218-D/2019, de 15 de julho, pela Portaria n.º 88-C/2020, de 6 de abril de 2020, pela Portaria n.º 271/2020, de 24 de novembro de 2020, pela Portaria n.º 199/2021, de 21 de Setembro, pela Lei 2/2022, de 3 de janeiro, pela Portaria 190-A/2023, de 5 de julho e pela Portaria n.º 198/2022, de 27 de julho, na sua redação atual.

A Resposta Social de Creche rege-se ainda pelas normas que constam dos seguintes documentos:

- a) Compromisso de Cooperação para o Setor Social e Solidário e respetivas adendas entre o Governo Português e as organizações representativas do Setor Social;

- b) Protocolo de Cooperação em vigor entre o CCF e o Instituto da Segurança Social, I.P. número 200800009257, celebrado a 13/02/1998;
- c) Orientação Técnica, Circular nº 11/2004, de 24 de junho, da Direção-Geral da Segurança Social, que define o modelo de acordo de cooperação entre as Instituições Particulares de Solidariedade Social e o Instituto da Segurança Social.

Parcerias

Os nossos parceiros agrupam-se de acordo com o tipo de relação estabelecida:

- **Relação de apoio financeiro:** Instituto da Segurança Social (ISS), Ministério da Educação (ME), Câmara Municipal de Cascais (CMC), Instituto das Cooperadoras da Família (ICF).
- **Relação com vista à Formação Contínua:** CMC (DAPI - Divisão de Apoio Pedagógico e Inovação Educativa; DHS - Divisão de Desenvolvimento e Recursos Sociais, Plataforma Educar Melhor em Cascais) Centro de Cooperação Familiar, Fundação Monsenhor Alves Brás (FMAB), Obra de Santa Zita (OSZ) e outros parceiros.
- **Prestação de serviços como Centro de Estágios:** Escola Profissional Agentes de Serviço e Apoio Social (ASAS), Escola Superior de Educadores de Infância Maria Ulrich (ESEIMU), Escola Superior de Educação de Lisboa (ESELx), Instituto Superior de Educação e Ciências (ISEC), Faculdade de Motricidade Humana (FMH), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa (FPUL), Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), ESEI Maria Ulrich com a titularidade exclusiva do ISPA – Instituto Universitário, St. Julian’s School, Instituto Novas Oportunidades, Centro de Formação de Alcoitão, Escola Secundária Fernando Lopes Graça, Associação Crescer com Sentido, Ordem dos Psicólogos Portugueses, Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão, Instituto Ciências Sociais e Políticas.
- **Melhoria na qualidade da resposta educativa e do desenvolvimento das crianças:** Movimento da Escola Moderna (MEM), Escola Criativa (CMC), Equipa Intervenção Precoce – ELI Cascais (Ministério da Educação), CMC (Plataforma Crescer Melhor em Cascais – Creche, e Plataforma Educar Melhor em Cascais – Pré-escolar), PsiLexis.

- **Cedência das instalações e organização de eventos:** Movimento para um Lar Cristão (MLC), Caminho Neocatecumenal (CN), Corpo Nacional de Escutas (CNE), Paróquia de N^a S^a de Fátima de Parede, Escola de Dança Ana Mangericão (EDAM) e outras entidades públicas ou privadas que solicitem a utilização das nossas instalações.

2. “Cuidar com amor, reavivar a esperança”

Num mundo em constante mudança e com rotinas cada vez mais exigentes, o papel da Instituição transcende o simples ato de educar. Esta instituição torna-se um verdadeiro farol de esperança, oferecendo um porto seguro tanto para as crianças quanto para as suas famílias. Inspirados pelos valores da Santa Igreja Católica procuramos abordar o tema "Cuidar com amor, reavivar a esperança" com ações concretas e um olhar atento às necessidades de cada um.

Cuidar com amor é a base de tudo o que fazemos. Reconhecemos cada criança como um ser único, com as suas próprias necessidades, ritmos e potencialidades. A nossa ação centra-se em:

- **Afeto e Acolhimento:** Criamos um ambiente acolhedor e seguro, onde as crianças se sintam amadas, respeitadas e valorizadas. O afeto é demonstrado através de gestos, palavras e um olhar atento às suas necessidades emocionais.
- **Desenvolvimento Integral:** Promovemos o desenvolvimento integral da criança, abrangendo as áreas cognitiva, motora, social e emocional. Através de atividades lúdicas e pedagógicas, estimulamos a sua curiosidade, criatividade e autonomia.
- **Individualidade:** Respeitamos a individualidade de cada criança, reconhecendo os seus diferentes ritmos de aprendizagem e desenvolvimento. Oferecemos um acompanhamento personalizado, procurando atender às necessidades específicas de cada um.

- **Nutrição e Saúde:** Zelamos pela saúde e bem-estar das crianças, oferecendo uma alimentação equilibrada e nutritiva, além de acompanhamento e orientação em questões de saúde e higiene.

Reavivar a Esperança: Um Olhar para as Famílias

Compreendemos que os desafios do dia a dia podem ser esgotantes para as famílias. Por isso, procuramos oferecer um apoio que vá além do cuidado com as crianças, estendendo a nossa mão às famílias:

- **Parceria e Diálogo:** Estabelecemos uma relação de parceria e diálogo aberto com as famílias, procurando compreender as suas necessidades e expectativas. Acreditamos que a comunicação é fundamental para o sucesso do nosso trabalho.
- **Apoio e Orientação:** Oferecemos apoio e orientação às famílias em questões relacionadas à educação e desenvolvimento infantil e também humano e espiritual, promovendo encontros, conferências e workshops.
- **Espaço de Escuta e Acolhimento:** Criamos um espaço de escuta e acolhimento para as famílias, onde possam partilhar as suas dificuldades e angústias, encontrando apoio de que necessitam.
- **Flexibilidade e Compreensão:** Procuramos ser flexíveis e compreensivos com as necessidades das famílias, oferecendo horários e serviços que se adaptem às suas rotinas.

Sagrada Família: Uma Luz que Guia o Nosso Caminho

A Sagrada Família representada no logotipo do Centro de Cooperação Familiar, ilumina a nossa ação e reforça os nossos valores. Inspirados no exemplo de Maria, José e o Menino Jesus, procuramos:



- **Cultivar o Amor Familiar:** Valorizamos a importância da família como núcleo fundamental da sociedade, promovendo o fortalecimento dos laços familiares.
- **Promover a Solidariedade e a Partilha:** Incentivamos a solidariedade e a partilha entre as famílias, criando uma rede de apoio mútuo.
- **Transmitir Valores Cristãos:** Transmitimos valores cristãos como o amor, a paz, a justiça e a solidariedade, contribuindo para a formação integral das crianças.
- **Celebrar a Esperança:** este é o símbolo de esperança, que nos lembra que mesmo nos momentos mais difíceis, a luz divina nos guia e nos fortalece.

Desta forma, “O Botãozinho” assume o compromisso de ser um espaço de amor, cuidado e esperança, onde crianças e famílias se sentem acolhidas e amparadas. Inspirados pelos valores da religião católica, trabalhamos diariamente para construir um futuro melhor para todos.

3. Projetos e atividades que materializam o Cuidado e a Esperança

O tema 'Cuidar com amor, reavivar a esperança' n’O Botãozinho não é apenas um lema, mas sim um princípio orientador que permeia todas as nossas ações. Acreditamos que o cuidado genuíno e o cultivo da esperança são pilares essenciais para o desenvolvimento integral das crianças e o bem-estar das famílias. Para concretizar este propósito, desenvolvemos um conjunto de projetos e atividades que traduzem, na prática, este compromisso. A seguir, apresentamos cada um desses projetos, explicando os seus objetivos e como contribuem para a construção de um ambiente acolhedor, estimulante e cheio de esperança:

Projeto Arte para todos: Cultura e Inspiração na infância

No ano letivo 2023/2024, a creche implementou um projeto de Educação Artística em colaboração com a Câmara Municipal de Cascais, no âmbito da plataforma "Crescer

Melhor em Cascais", à qual a instituição pertence. Este projeto revelou-se extremamente inspirador, trazendo à tona questões relevantes sobre o acesso das crianças à arte e à cultura.

Embora a arte seja um direito reconhecido, o acesso a espaços culturais para crianças dos 0 aos 3 anos nem sempre é viável, devido a várias limitações logísticas, como as dificuldades inerentes às saídas institucionais e a falta de adaptação de muitos desses espaços para crianças tão pequenas. Este cenário motivou a equipa a refletir sobre a importância de trazer a arte para dentro da creche, garantindo assim o acesso das crianças a este direito fundamental. Desta forma, a creche proporciona actividades em que a Arte entra nas salas desde os berçários.

Cultura de portas abertas

Este projeto é uma iniciativa da equipa pedagógica que visa proporcionar às crianças um contacto direto com o mundo da arte e do espetáculo. Ao longo do ano, a equipa organiza vários eventos e espetáculos, como teatro e bailado, adaptados à faixa etária, permitindo que as crianças vivenciem a magia das artes do espectáculo de forma acessível e envolvente.

O projeto é estruturado de forma a integrar a arte no quotidiano das crianças, trazendo peças de teatro especialmente pensadas e adaptadas à faixa etária a que se destinam dentro da instituição. Estas peças são desenvolvidas para serem interativas, com histórias simples e visuais envolventes, adequadas ao desenvolvimento das crianças.

Além do teatro, também são promovidos espetáculos de bailado, nos quais as crianças têm a oportunidade de assistir a performances de dança. Estas apresentações estimulam o movimento e a expressão corporal, permitindo que as crianças se conectem com a arte através da observação e da imitação.

Este projeto tem como principais objetivos:

- **Familiarizar as crianças com as artes performativas:** Ao participar em espetáculos de teatro e bailado, as crianças têm a oportunidade de desenvolver o seu interesse pelas artes desde cedo, ampliando a sua sensibilidade estética e cultural.
- **Estimular a criatividade e a imaginação:** O contato com o mundo do espetáculo abre portas à imaginação, proporcionando momentos de fantasia e criatividade fundamentais para o desenvolvimento infantil.
- **Promover a expressão emocional:** Através da observação de histórias e personagens, as crianças começam a identificar e expressar emoções, estabelecendo uma relação com os conteúdos artísticos apresentados.

Ao organizar estes eventos, a equipa pedagógica garante que as crianças, mesmo tão pequenas, tenham acesso ao mundo da arte e da cultura, algo que nem sempre lhes seria acessível fora da instituição. O projeto pretende criar experiências significativas que fiquem na memória das crianças, estabelecendo as bases para uma relação duradoura e positiva com a Arte.

Projeto Crescer e Brincar ao ar livre

O Projeto Crescer e Brincar ao Ar Livre dá continuidade a uma iniciativa iniciada nos anos letivos anteriores, centrando-se no princípio fundamental de que brincar ao ar livre é essencial para um desenvolvimento infantil saudável. Este projeto reforça a importância de proporcionar às crianças oportunidades de brincadeira no recreio e em contacto direto com a natureza, estimulando o seu crescimento físico, emocional e social.

Brincar permite que as crianças explorem e recriem o mundo à sua volta, desenvolvendo uma variedade de competências e significados. Segundo Carlos Neto, brincar, além de ser um direito fundamental, é uma necessidade vital para as crianças. Através da brincadeira, as crianças descobrem o mundo e aprendem a lidar com o risco e o imprevisível, o que promove o desenvolvimento de várias aprendizagens, como:

- Segurança e autonomia;

- Capacidade de adaptação;
- Resolução de problemas e tomada de decisões;
- Perceção espacial e interação com os outros.

Nos tempos atuais, com o surgimento das novas tecnologias, a falta de espaços e tempos para brincar, e o aumento do sedentarismo, torna-se ainda mais crucial incentivar a brincadeira ao ar livre. O contacto com a natureza e a prática de atividades no exterior estimulam o desenvolvimento motor, social e emocional das crianças, permitindo-lhes crescer de forma mais plena. Estudos sugerem que uma maior atividade física e socialização no exterior está associada a uma melhor atenção e concentração e, a médio e longo prazo, a uma maior autoestima e capacidades de autorregulação.

Este projeto tem os seguintes objetivos:

1. **Sensibilizar e envolver as famílias e a comunidade educativa:** Criar e fomentar novas oportunidades para que as crianças brinquem ao ar livre, promovendo uma maior proximidade com a natureza e incentivando uma cultura de brincadeira exterior na comunidade escolar.
2. **Enriquecer o espaço de recreio:** Continuar a renovar e melhorar o contexto do recreio, criando espaços que incentivem a cultura do brincar livre e em harmonia com a natureza. Algumas das iniciativas incluem:
 - Pintura de jogos no pavimento;
 - Aquisição de materiais diversificados para atividades ao ar livre;
 - Criação de estruturas desafiantes e lúdicas;
 - Criação de espaços de estar para momentos de convívio e interação.
3. **Considerar o espaço ao ar livre como pedagógico:** Ver o recreio e os espaços exteriores como ambientes pedagógicos, capazes de proporcionar aprendizagens valiosas que complementem as atividades realizadas dentro da sala.

A continuidade deste projeto ao longo dos anos visa a constante melhoria dos espaços exteriores, sempre que possível, enriquecendo o ambiente da creche e do jardim de

infância garantindo que as crianças tenham cada vez mais oportunidades de brincar livremente em contacto com a natureza. Esta abordagem assegura que o brincar ao ar livre seja uma parte central do desenvolvimento infantil, reconhecendo o seu papel fundamental na construção de uma infância saudável e feliz.

Projeto Intergeracional

A Associação Alzheimer, responsável pelo Lar e Centro de Dia “Casa do Alecrim”, encontra-se atualmente em processo de requalificação das suas instalações. Durante este período, que corresponde ao último semestre do presente ano civil, os utentes desta instituição (cerca de 10 a 15 pessoas diariamente) serão acolhidos nas instalações do Botãozinho pelos técnicos da “Casa Alecrim”. Esta situação temporária, motivada por obras, oferece uma excelente oportunidade para o desenvolvimento de um projeto intergeracional, onde crianças e idosos poderão interagir e enriquecer as suas rotinas através de atividades conjuntas.

Após reunião entre as equipas do «Botãozinho» e da Casa do Alecrim, foi delineado um plano de atividades intergeracionais que integrará os utentes do centro de dia na rotina diária das crianças. As interações previstas incluem:

- **Sessões de Musicoterapia:** As sessões acontecerão às segundas-feiras (das 10h30 às 11h30) e às terças-feiras (das 14h30 às 15h30), proporcionando um espaço de expressão musical e interação através da música.
- **Trishaw:** Às quartas-feiras de manhã (das 10h30 às 11h30), os utentes poderão participar nas atividades com o Trishaw, um triciclo especial que oferece passeios e momentos de lazer.
- **Atividades de Sexta-feira:** As manhãs de sexta-feira (10h30 às 11h30) serão reservadas para atividades diversas, como culinária, psicomotricidade e outras dinâmicas, pensadas para estimular a criatividade e o movimento, adequando-se às capacidades e interesses tanto dos idosos quanto das crianças.

Este projeto tem como objetivo criar um ambiente acolhedor e inclusivo, onde as diferentes gerações podem partilhar experiências, aprender umas com as outras e desenvolver laços afetivos. A planificação das atividades será adaptada semanalmente, de acordo com as preferências e capacidades de todos os envolvidos, garantindo que tanto as crianças quanto os idosos desfrutam de uma experiência enriquecedora e transformadora.

Ao longo deste período, acreditamos que a interação entre os utentes da «Casa do Alecrim» e as crianças do «Botãozinho» será uma mais-valia para o bem-estar de ambos, promovendo o respeito, a empatia e o fortalecimento das relações sociais, elementos essenciais para o desenvolvimento de uma comunidade saudável e solidária.

Atividades complementares

Psicomotricidade – Terra das crianças

Esta atividade é realizada semanalmente em parceria com a associação Terra das Crianças, uma organização sem fins lucrativos que se dedica a oferecer serviços de psicomotricidade a todas as crianças, independentemente do seu contexto socioeconómico ou das dificuldades no seu desenvolvimento. A missão da Terra das Crianças é garantir que todas as crianças, incluindo aquelas provenientes de meios mais vulneráveis ou cujo desenvolvimento esteja abaixo do esperado, possam ter acesso a esse serviço fundamental.

Além disso, o psicomotricista valoriza o brincar como ferramenta essencial no processo de aprendizagem, usando uma metodologia inclusiva e positiva, que respeita o ritmo emocional e as motivações de cada criança. Desta forma, as crianças sentem-se acolhidas, respeitadas e incentivadas a participar ativamente nas atividades.

As sessões de psicomotricidade têm uma duração de 30 minutos às quintas e sextas-feiras para todas as salas.

Cada sessão inclui atividades variadas que promovem o desenvolvimento físico, emocional e cognitivo das crianças, como:

- **Atividades de psicomotricidade:** Focadas no desenvolvimento das habilidades motoras, como equilíbrio, coordenação e lateralidade.
- **Expressão musical:** A música é usada como uma forma de expressão e estímulo sensorial, ajudando as crianças a conectar-se com o ritmo e o movimento.

- **Movimento criativo:** As crianças são encorajadas a explorar o seu corpo e o espaço ao seu redor, estimulando a criatividade e a liberdade de movimento.
- **Relaxamento:** No final de cada sessão, são realizados momentos de relaxamento para ajudar as crianças a equilibrar a energia e a desenvolver uma sensação de bem-estar.

Expressão Musical - Foco musical

A música desempenha um papel essencial no desenvolvimento das crianças, promovendo um crescimento global que vai além do simples entretenimento. O acesso a um repertório musical alargado nesta fase contribui de forma significativa para o desenvolvimento cognitivo, emocional, social e motor. A música oferece estímulos sensoriais e cognitivos que ajudam a criança a explorar o mundo, desenvolver a linguagem e fortalecer os laços afetivos com o meio que a rodeia.

As aulas de música da "Foco Musical" têm a duração de 30 minutos e são organizadas duas vezes por semana para todas as salas.

O objetivo principal destas aulas é criar um ambiente estimulante e sensorial, onde as crianças podem explorar diferentes sons e ritmos, desenvolvendo a sua sensibilidade auditiva e as suas habilidades motoras e cognitivas. O uso de instrumentos musicais adaptados à idade das crianças facilita o seu contacto direto com a música, enquanto a inclusão de luzes ajuda a criar uma experiência visual interativa e envolvente.

4. Plano Anual de Atividades – Resposta Social de Creche 2024/ 2025

Atividade	Recursos: Humanos Materiais Logísticos	Envolvimento: Família Parceiros	Data	Objetivos/ Metas a alcançar	Estratégias de avaliação
<u>Organização da sala, do tempo e do grupo:</u> - Acolhimento - Adaptação - Regras da sala e da instituição - Exploração das áreas e materiais da sala - Apropriação das rotinas da sala	Equipa de Sala	Pais	Setembro e outubro	- Proporcionar uma boa integração e adaptação a uma sala e um grupo novo - Elaborar, respeitar e compreender as normas para a convivência grupal - Criar ambiente securizante e afetuoso como base de todas as ações. - Tomar consciência das áreas da sala, dos materiais e do que podem fazer em cada área - Tomar consciência da rotina diária	- Observação do comportamento e do grau de envolvimento e satisfação dos intervenientes - Conversas informais com os encarregados de educação
Início das actividades complementares	Professores das actividades complementares Equipa de sala	Pais	Outubro	- Levar as crianças a conhecer e a explorar diferentes técnicas de expressão - Despertar o gosto pelas diferentes formas de expressão	- Reuniões com os professores e a equipa pedagógica - Envolvimento das crianças
Reuniões de pais por sala	- Equipa educativa - Famílias	- Equipa educativa - Famílias	14 a 31 outubro	- apresentação do projeto pedagógico por sala. - envolver as famílias no projeto educativo da instituição. - promover a relação de entreajuda entre a creche e a família.	Ata da reunião
<u>Magusto:</u> - Canções alusivas ao S. Martinho - Lenda do S. Martinho - Feira dos sabores - Lanche com castanhas assadas	- Equipas de Sala - Professora de música - Materiais: adereços	Pais	11 de novembro	- Conhecer novas ou recordar antigas canções. - Conhecer a história da Maria Castanha e a Lenda do S. Martinho - Provar novos alimentos. - Proporcionar momentos de convívio entre os grupos de Creche e pré-escolar - Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido	Envolvimento e interesse das crianças e dos pais
Cultura de portas abertas - Teatro	- Equipas de sala	Monstro das cores - companhia de teatro Protagoniza	21 Novembro	- Permitir o acesso a cultura - Participar em eventos culturais/musicais - Integrar os espetáculos no processo de ensino – aprendizagem	Envolvimento e participação das crianças Registo fotográfico
<u>Natal:</u> - Organização do ambiente educativo para a quadra natalícia - Canções alusivas ao	- Equipas de Sala - Pais - Materiais de	Foco Musical Pais	Mês de dezembro	- Desenvolver a expressão artística - Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido - Envolver as famílias nas vivências da escola	Envolvimento e interesse das crianças e dos pais.

Natal - Prenda de natal para a família	expressão plástica.			- Conhecer novas ou recordar antigas canções	
<u>Festa de natal</u> -Representação alusiva ao Natal -Lançamento livro	Educadoras e auxiliares Materiais: roupas, adereços e recursos multimédia	Pais	18 de dezembro	- Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido - Envolver as famílias nas vivências da escola	Pelo envolvimento e interesse das crianças e dos pais
<u>Festa dos Magos</u> - Canções alusivas à época - Elaboração das coroas	- Equipas de Sala - Professora de música		6 de janeiro	- Participar ativamente em festas e tradições do meio em que está inserido - Manter viva a tradição de saudar o Menino Jesus	Envolvimento e participação das crianças.
Cultura de portas abertas - Teatro	- Equipas de sala	A definir	janeiro data a definir	- Permitir o acesso a cultura - Participar em eventos culturais/musicais - Integrar os espetáculos no processo de ensino – aprendizagem	Envolvimento e participação das crianças Registo fotográfico
Reuniões individuais de pais por sala	- Equipa educativa - Famílias	- Equipa educativa - Famílias	6 a 24 janeiro	- reuniões individualizadas de pais - envolver as famílias no processo de aprendizagem da criança - entrega e reflexão registo de avaliação da criança - promover a relação de entreajuda entre a creche e a família.	Ata da reunião
Festa de Carnaval: - Canções alusivas à época - Danças e entretenimento alusivo à festividade	- Equipas de sala - Aparelhagem de som - Salão de festas	Foco Musical	28 de fevereiro	- Participar nas festas, tradições e costumes do meio em que está inserido. - Brincar ao faz de conta - Lidar com os receios de mascaras e caras tapadas.	Grau de envolvimento das crianças Observação da reação das crianças
	- Equipas de sala - Músicos	Foco Musical	A definir	- Promover o gosto pela música - Sensibilizar as crianças para a valorização do	Participar na dinâmica de algumas canções

Ensemble	profissionais - Salão de festas			património artístico – musical nacional e internacional - Proporcionar um momento de fruição musical, explorando diferentes sentimentos e possibilidades. - Integrar os espetáculos no processo de ensino – aprendizagem	Contacto com alguns instrumentos
Dia do Fundador - - História da vida do Fundador - Almoço ao ar livre (salas dos 1 e 2 anos) - Lanche festivo	- Equipas de sala - Salão de festas - Material Multimédia		13 de março	- Relembrar o fundador da instituição. - Valorizar a sua missão - Vivenciar momentos de vida religiosa - Proporcionar momentos de convívio e partilha	Envolvimento e participação das crianças Registo fotográfico
Dia do pai	- Equipas de Sala - Família		19 de março	-Fomentar a livre expressão e a criatividade - Valorizar a figura parental - Promover tradições	Registo fotográfico
Festa da Páscoa -Trabalhos plásticos - Festa da Páscoa - Histórias alusivas à época	- Equipas de sala - Professora de música		16 de abril	- Desenvolver a expressão artística - Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido. - Envolver as famílias nas vivências da escola. - Conhecer novas ou recordar antigas canções	Envolvimento e produções das crianças
Festa da família	- Equipas de sala - famílias		Maio Data a definir	- Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido. - Envolver as famílias nas vivências da escola.	Envolvimento e interesse das crianças e das famílias
Dia da Mãe	- Equipas de Sala - Professora de música - Família		5 de maio	- Fomentar a livre expressão e a criatividade - Valorizar a figura parental - Promover tradições	Envolvimento e participação das crianças e das famílias Registo fotográfico
Festa de final de ano	- Equipa de sala - Professores das atividades extracurriculares		31 maio	- Proporcionar momentos de convívio entre toda a comunidade escolar. - Participar em atividades lúdicas que promovam o envolvimento ativo da família na vida escolar	- Reunião de equipa pedagógica para aferir a adesão e participação das famílias.

	<ul style="list-style-type: none"> - Materiais de expressão plástica - Recursos Multimédia 			<ul style="list-style-type: none"> - Valorizar o trabalho realizado durante o ano letivo num contexto de interação escola-família. 	<ul style="list-style-type: none"> - Envolvimento e comentários posteriores das famílias.
<p>Dia da criança - teatro</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Equipas de sala 	A definir	2 de junho	<ul style="list-style-type: none"> - Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido. - Proporcionar momentos de convívio entre os grupos de pré-escolar. - Proporcionar momentos de alegria e diversão através de atividades lúdicas. 	<p>Envolvimento e interesse das crianças.</p>
<p>Reuniões de pais por sala</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa educativa - Famílias 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa educativa - Famílias 	16 a 27 junho	<ul style="list-style-type: none"> - Avaliação do ano letivo - entrega de registos de avaliação - comunicação das equipas para o ano letivo seguinte 	<p>Ata da reunião</p>
<p>Piscinas no Botãozinho (todas as salas)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Equipa de sala 		Durante mês julho	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar momentos de convívio entre os grupos. - Proporcionar momentos de alegria e diversão através de atividades lúdicas. 	<p>Envolvimento e interesse das crianças</p>

5. Plano Anual de Atividades – Resposta Social de Pré-Escolar 2024/ 2025

Atividade	Recursos Humanos/ Materiais/ Logísticos	Envolvimento Família/ Parceiros	Data	Objetivos/ Metas a alcançar	Estratégias de avaliação
<p><u>Organização da sala, do tempo e do grupo</u></p> <p>Acolhimento Adaptação e interação dos vários intervenientes Regras da sala e da escola Exploração e descoberta das áreas e materiais da sala: elaboração de inventários. Criação de uma agenda semanal.</p>	Educadoras Auxiliares	Famílias	setembro e outubro	<p>Proporcionar uma boa integração e adaptação a uma sala e um grupo novo Elaborar, respeitar e compreender as normas para a convivência grupal Criar ambiente securizante e afetuoso como base de todas as ações. Tomar consciência das áreas da sala, dos materiais e do que podem fazer em cada área Tomar consciência da rotina diária e semanal</p>	<p>Observação do comportamento e do grau de envolvimento e satisfação dos intervenientes. Conversas informais com os encarregados de educação</p>
<p><u>Boas práticas ambientais e os 4 Rs</u></p>	Educadoras e auxiliares	Famílias	setembro a julho	<p>Sensibilizar para executarem boas práticas ambientais (poupar água, energia e papel) Proporcionar momentos de partilha de conhecimentos e descobertas sobre os 4 Rs – Reduzir, Reciclar, Reutilizar / Recuperar Existência de ecopontos na sala</p> <p>Existência de materiais que possam ser reutilizados pelas crianças e serem transformados em obras de arte</p>	<p>Envolvimento e participação das crianças.</p>

<u>Início das atividades extracurriculares</u>	Educadoras Auxiliares Professores das Atividades Extra-Curriculares	Foco Musical Terra do nunca Corações de roda	setembro: Expressão Corporal outubro: Foco Musical Inglês Mindfulness Psicomotricidade	Despertar o gosto pelas diferentes formas de expressão Levar as crianças a conhecer e a explorar diferentes técnicas de expressão	Reuniões com os professores e a equipa pedagógica. Avaliação Individual dos alunos pelos respetivos professores
<u>Horta</u>	Educadoras Auxiliares Espaço: Horta	Famílias Comunidade envolvente	outubro a julho	Dar a conhecer a origem dos produtos hortícolas Provar novos alimentos (vegetais) Proporcionar o contato com a terra e os respectivos utensílios Promover o conhecimento necessário para que os produtos se desenvolvam (sol, água, tirar as ervas daninhas) Sensibilizar para a importância da agricultura como fonte de sustentabilidade.	Conversas em grupo sobre o que viram. Registo e representação gráfica individual do que viram, do que sentiram e do que mais gostaram
<u>Projecto Biblioteca” (casa-escola)</u>	Educadoras Auxiliares Espaço: Biblioteca	Famílias	outubro	A finalidade da criança poder requisitar um livro da nossa biblioteca para levar para casa será a família, o pai, a mãe ou qualquer outro membro, explorar o livro com a criança, existir um momento familiar em que o livro é um vínculo de partilha, de convívio e de aconchego entre pais e filhos.	Ficha de registo e avaliação do livro requisitado

<p><u>Atividade de Leitura</u></p>	<p>Educadoras Auxiliares</p> <p>Espaço: Salão multiusos</p>	<p>Escritora Natália Brunetti</p>	<p>15 outubro</p>	<p>Sensibilizar para a Leitura Promover o conhecimento do nosso património cultural -o Livro Proporcionar um momento lúdico</p> <p>Ter gosto por assistir e participar em eventos</p>	<p>Conversas em grupo sobre o que viram.</p> <p>Registo e representação gráfica individual do que viram, do que sentiram e do que mais gostaram</p>
<p><u>Magusto:</u></p> <p>Canções alusivas ao S.Martinho Lenda do S. Martinho Lanche com castanhas assadas Festa do Magusto</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Educadoras • Auxiliares • Materiais: adereços/ alimentos 	<p>Famílias</p>	<p>11 novembro</p>	<p>Conhecer novas ou recordar antigas canções Conhecer a História da Maria Castanha e a Lenda do S. Martinho Provar novos alimentos Proporcionar momentos de convívio entre os grupos da escola e as famílias. Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido</p>	<p>Fazer o reconto da história da Maria Castanha ou da Lenda do S. Martinho</p>
<p>Museu do Mar</p>	<p>Educadoras Auxiliares</p> <p>Espaço: Salão multiusos</p>	<p>Equipa Educativa</p>	<p>novembro, janeiro, fevereiro</p>	<p>Sensibilizar para as artes Promover o conhecimento do nosso património cultural Proporcionar um momento lúdico</p> <p>Ter gosto por assistir e participar em eventos</p> <p>Integrar o museu no processo de ensino – aprendizagem</p>	<p>Conversas em grupo sobre o que viram.</p> <p>Registo e representação gráfica individual do que viram, do que sentiram e do que mais gostaram.</p>

<p><u>Quadra de Natal:</u></p> <p>Percurso- vivência do Advento</p> <p>Decoração da sala</p> <p>Canções Natalícias</p> <p>Prenda de Natal para a família.</p> <p>Visita ao presépio</p> <p>Festa de Natal</p>	<p>Educadoras</p> <p>Auxiliares</p> <p>Pais</p> <p>Professores das Atividades Extra-Curriculares</p> <p>Materiais de expressão plástica.</p> <p>Espaço: Salão multiusos</p>	<p>Famílias</p>	<p>Mês de Dezembro</p> <p>18 de dezembro</p>	<p>Desenvolver a expressão artística</p> <p>Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido.</p> <p>Envolver as famílias nas vivências da escola.</p> <p>Conhecer novas ou recordar antigas canções</p> <p>Dar ênfase ao cariz religioso da instituição</p>	<p>Pelo envolvimento e interesse das crianças e dos pais.</p> <p>Conversas em grupo</p>
<p><u>Festa dos Magos</u></p> <p>Canções alusivas à época</p> <p>Elaboração das coroas</p>	<p>Educadoras</p> <p>Auxiliares</p>	<p>Meio Envolvente/ Comunidade</p>	<p>6 de janeiro</p>	<p>Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido.</p> <p>Manter viva a tradição de beijar o Menino Jesus.</p>	<p>Envolvimento e participação das crianças.</p>
<p><u>Atividades da proteção Civil:</u></p> <p><u>.Prevenção de acidentes</u></p>	<p>Educadoras</p>	<p>Proteção Civil</p>	<p>20 de novembro</p>	<p>Promover o conhecimento sobre protecção cívil e prevenção de acidentes e medidas preventivas em relação a sismos</p>	<p>Conversas em grupo sobre o que viram.</p> <p>Registo e representação gráfica individual do que</p>

<u>.Sismos</u>	Auxiliares		23 Janeiro	Proporcionar um momento lúdico Ter gosto por assistir e participar em eventos	viram e do que mais gostaram
<u>Festa de Carnaval:</u> Canções alusivas à época Danças e entretenimento Desfile no meio envolvente	Equipa Pedagógica Materiais: Aparelhagem de som Espaço: Salão de Polivalente/ Meio envolvente	Meio Envolvente/ Comunidade	28 de fevereiro	Participar nas festas, tradições e costumes do meio em que está inserido. Brincar ao faz de conta Lidar com os receios de máscaras e caras tapadas.	Grau de envolvimento das crianças Observação da reacção das crianças
<u>Ensemble Musical</u>	Educadoras Auxiliares Músicos Espaço: Salão Polivalente	Foco Musical	30 janeiro	Promover o gosto pela música Sensibilizar as crianças para a valorização do património artístico – musical nacional e internacional Proporcionar um momento de fruição musical, explorando diferentes sentimentos e possibilidades. Integrar os espetáculos no processo de ensino – aprendizagem	Participar na dinâmica de algumas canções Contacto com alguns instrumentos

<p><u>Dia do Fundador</u></p> <p>História da vida do Fundador Almoço ao ar livre Lanche festivo</p>	<p>Educadoras</p> <p>Auxiliares</p> <p>Materiais de expressão plástica.</p> <p>Espaço: Salão Polivalente/ Exterior</p>	<p>Famílias</p> <p>Meio envolvente</p>	<p>13 de março</p>	<p>Relembrar o fundador da instituição.</p> <p>Valorizar a sua missão.</p> <p>Vivenciar momentos de vida religiosa.</p> <p>Proporcionar momentos de convívio e partilha.</p>	<p>Envolvimento e participação das crianças.</p> <p>Registo escrito em grupo da história do Fundador.</p> <p>Registo fotográfico.</p>
<p><u>Dia do pai</u></p>	<p>- Equipa de Sala</p>	<p>Famílias</p> <p>Foco Musical</p>	<p>19 de março</p>	<p>-Fomentar a livre expressão e a criatividade - Valorizar a figura parental - Promover tradições</p>	<p>Envolvimento e participação das crianças para as famílias</p>
<p><u>Achamento do Brasil</u></p>	<p>Educadoras</p> <p>Auxiliares</p> <p>Ajudantes Autocarro</p>	<p>Foco Musical</p> <p>Auditório Olga Cadaval</p>	<p>4 Abril</p>	<p>Ter gosto por assistir e participar em eventos musicais. Integrar os espetáculos no processo de ensino – aprendizagem</p>	<p>Conversas em grupo sobre o que viram.</p> <p>Registo e representação gráfica individual do que viram, do que sentiram e do que mais gostaram.</p>
<p><u>Concerto da Orquestra de cascais</u></p>	<p>Equipa de</p>	<p>Músicos</p>	<p>16 de abril</p>	<p>Ter gosto por assistir e participar em eventos musicais.</p>	<p>Conversas em grupo sobre o que viram.</p>

	Sala	Equipa casa do alecrim		Integrar os espetáculos no processo de ensino – aprendizagem	Registo e representação gráfica individual do que viram, do que sentiram e do que mais gostaram.
<u>Páscoa</u> Trabalhos plásticos Festa da Páscoa Histórias alusivas à época	Educadoras Auxiliares Materiais de expressão plástica.	Escola	16 abril	Desenvolver a expressão artística Participar ativamente em festas, tradições e costumes do meio em que está inserido. Envolver as famílias nas vivências da escola. Conhecer novas ou recordar antigas canções	Produções das crianças
<u>Príncipezinho</u>	Educadoras Auxiliares Músicos Autocarro	Foco Musical Teatro Aberto	29 Maio	Promover o gosto pela música Sensibilizar as crianças para a valorização do património artístico – musical nacional e internacional Proporcionar um momento de fruição musical, explorando diferentes sentimentos e possibilidades. Integrar os espetáculos no processo de ensino – aprendizagem	Participar na dinâmica de algumas canções Contacto com alguns instrumentos
<u>Dia da Mãe</u>	- Equipa de Sala	Famílias Foco Musical	5 de maio	- Fomentar a livre expressão e a criatividade - Valorizar a figura parental - Promover tradições	Envolvimento e participação das crianças para as famílias

<u>Festa da Família</u>	Educadoras Auxiliares Professores atividades extracurri- culares Materiais de expressão plástica. Aparelhage m de som/ CD's	Famílias Foco Musical	Maio	Proporcionar momentos de convívio entre os grupos de creche e pré-escolar. Participar em atividades lúdicas que promovam o envolvimento ativo da família na vida escolar Valorizar o trabalho realizado durante o ano letivo num contexto de interação escola-família.	Reunião de equipa pedagógica para aferir a adesão e participação das famílias. Envolvimento e comentários posteriores das famílias.
<u>Praia</u>	Educadoras Auxiliares Ajudantes/ estagiárias		16 a 27 de junho	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar momentos de convívio entre grupos de pré-escolar. • Proporcionar momentos de alegria e diversão através de atividades lúdicas 	Pelo envolvimento e interesse das crianças.
<u>Festa dos Finalistas – Eucaristia</u>	Educadoras Auxiliares Sacerdote	Foco Musical Famílias	4 de julho	Proporcionar momentos de convívio entre as crianças, valorizando os finalistas Promover o envolvimento ativo da família na vida escolar Criar um momento solene para festejar a saída dos finalistas	Pelo envolvimento e participação das crianças e dos adultos
<u>Acantonamento</u>	Educadoras Auxiliares		4 de julho	Proporcionar momentos de convívio entre as crianças, valorizando os finalistas Proporcionar momentos de convívio entre grupos de pré-escolar.	Pelo envolvimento e interesse das crianças.

				Proporcionar momentos de alegria e diversão através de atividades lúdicas	
<u>Dias de atividades de água</u>	Educadoras Auxiliares	Escola	julho	Proporcionar momentos de convívio entre os grupos de pré-escolar. Proporcionar momentos de alegria e diversão através de atividades lúdicas.	Pelo envolvimento e participação das crianças e dos adultos.

6. Avaliação

O desenvolvimento da sociedade depende, entre outras questões, da Educação. Este ato surge como um Direito de todas as crianças instituído na Convenção Sobre os Direitos da Criança desde 20 de novembro de 1989.

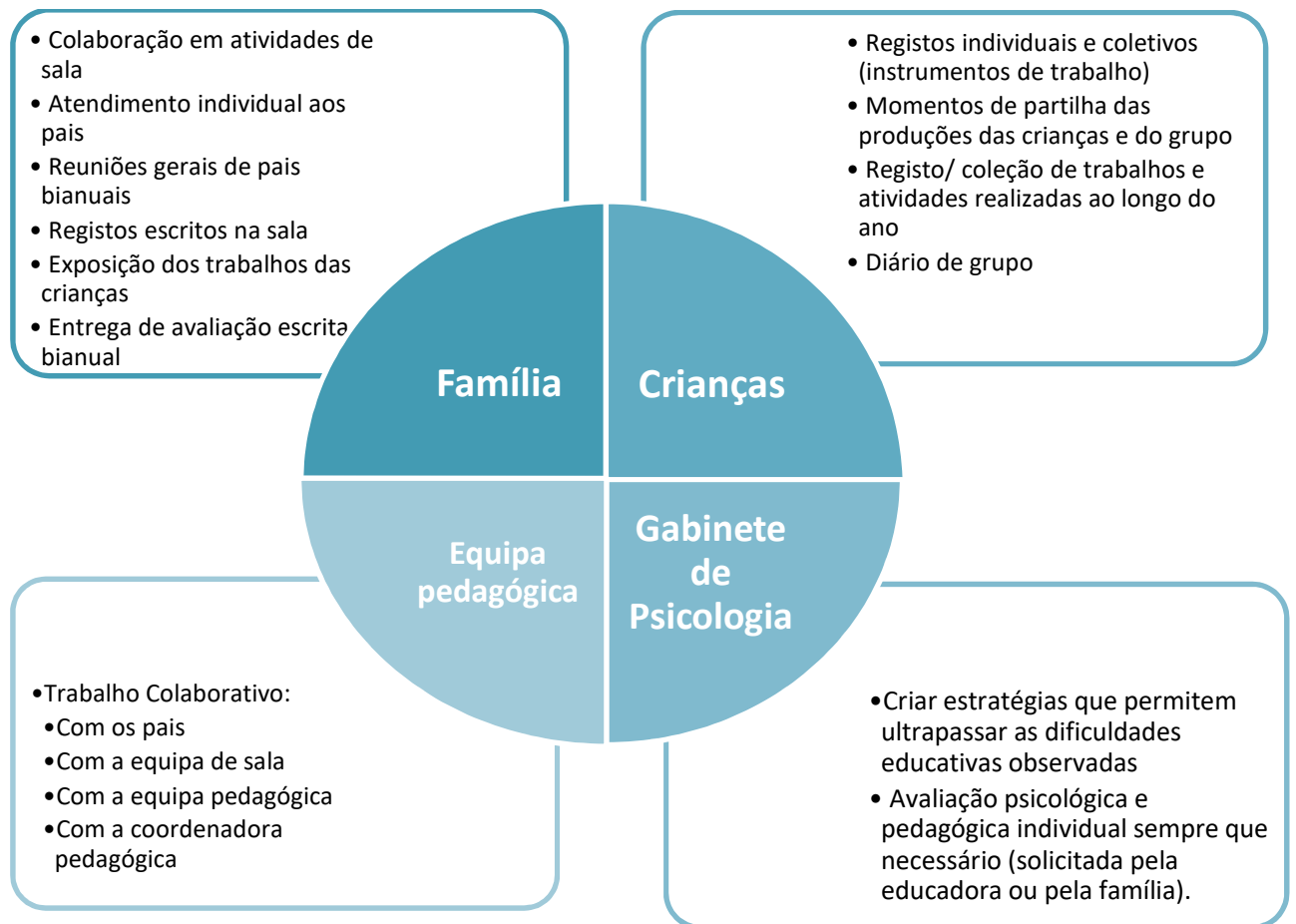
Novos conhecimentos nos domínios da Psicologia, da Pedagogia, da Sociologia e das Neurociências atestam que desde o início os bebés pensam, observam e raciocinam, constroem “modelos mentais” sobre o mundo que os rodeia e vão sendo refinados à medida que realizam novas experiências (Tricia, 2003).

O trabalho desenvolvido em contexto educativo deve procurar sustentar-se na perspetiva e interesses das crianças e focalizar nas respostas às necessidades, à curiosidade, aos cuidados e, ainda, em experiências do dia-a-dia que levem ao desenvolvimento de relações válidas e duradouras na vida de cada criança. De facto, interações que respondam às necessidades das crianças são um ingrediente importante para o estabelecimento e desenvolvimento de relações de confiança entre adultos e as crianças e as suas famílias.

Observar e escutar a criança torna-se, assim, essencial para conhecer, para adequar as propostas, quer ao nível dos cuidados quer da educação e, ainda, para revelar as aprendizagens das crianças.

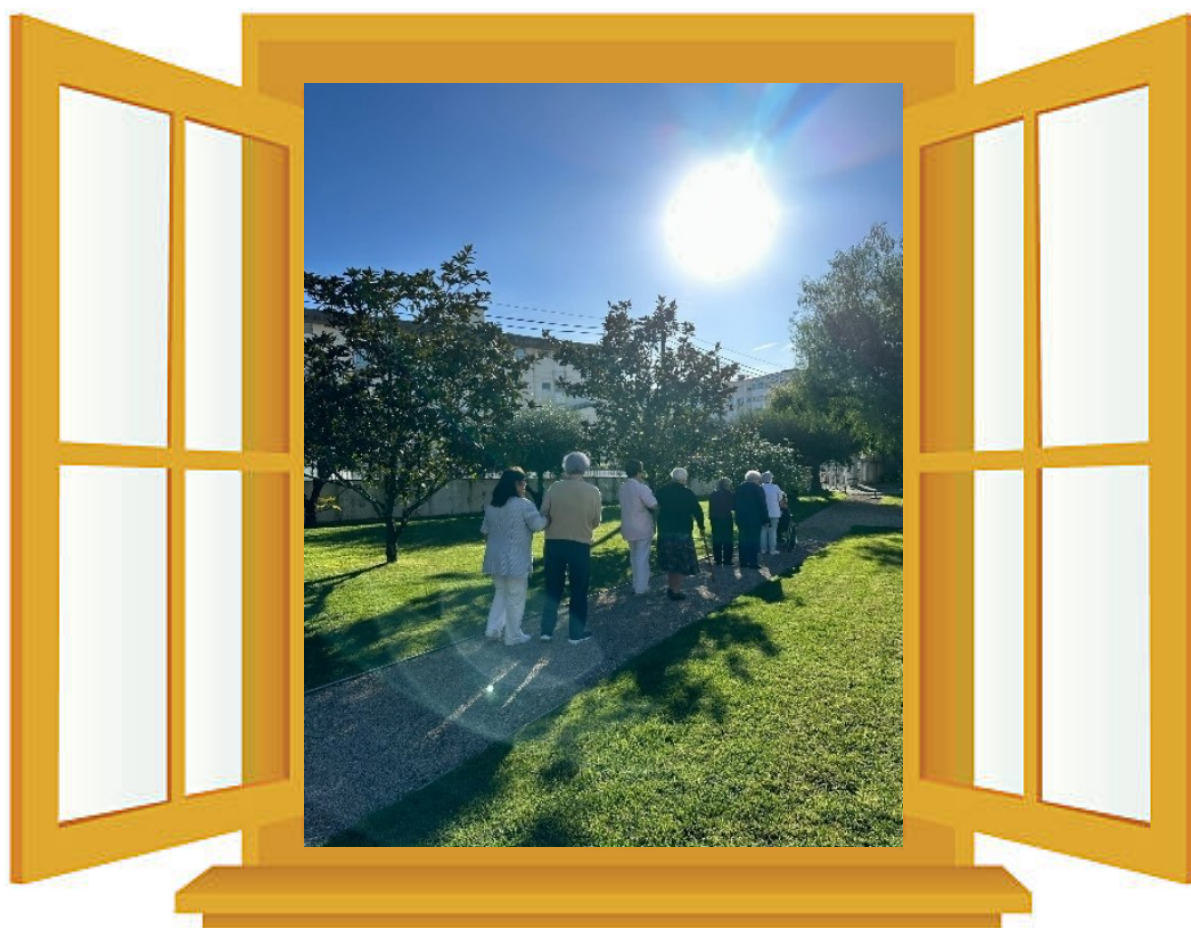
No decorrer do ano letivo, a equipa observa e regista acontecimentos que visam ao conhecimento de cada criança na sua individualidade e produz os registos de avaliação que são entregues aos encarregados de educação ao longo do ano.

Sendo a avaliação um processo que participativo dos diferentes intervenientes sintetizamos os momentos e estratégias implementadas para que tal aconteça:



Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

Lar Betânia



1. Princípios de ação

O CCF, no Lar Betânia, propõe-se contribuir para a assistência à população idosa e para a promoção social das famílias residentes na sua zona de implantação, quer por sua iniciativa, quer em colaboração com os serviços públicos competentes ou outras instituições particulares, num espírito de solidariedade humana, cristã e social.

Constituem objetivos da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas – Lar Betânia:

- Proporcionar serviços permanentes e adequados às necessidades biopsicossociais das pessoas idosas;
- Assegurar um atendimento individual e personalizado em função das necessidades específicas de cada pessoa;
- Promover a dignidade da pessoa e oportunidades para a estimulação da memória, do respeito pela história, cultura, e espiritualidade pessoais e pelas suas reminiscências e vontades conscientemente expressas;
- Contribuir para a estimulação de um processo de envelhecimento ativo;
- Promover o aproveitamento de oportunidades para a saúde, participação e segurança no acesso à continuidade de aprendizagem ao longo da vida e o contacto com as novas tecnologias;
- Prevenir e despistar qualquer inadaptação, deficiência ou situação de risco, assegurando o encaminhamento mais adequado;
- Contribuir para a conciliação da vida familiar e profissional do agregado familiar;
- Promover o envolvimento e competências da família.

2. Caracterização orgânica e funcional da instituição

A ERPI - Lar Betânia, dispõe de: 39 quartos sem WC e de uma enfermaria com duas camas; outros 39 quartos com WC, dois dos quais são duplos.

Na sua infraestrutura, dispõe de cinco salas de atividades, salão polivalente, gabinete médico e de enfermagem, gabinete de armazenamento e preparação de medicação, sala de fisioterapia, salas de visitas, lavandaria, rouparia, sala de costura, e arrecadações. Tem ainda uma capela mortuária, gabinete de direção, gabinete de intervenção social, biblioteca, bar, capela, cozinha, despensas, copas sujas, copas de apoio ao suplemento alimentar, copa geral e três refeitórios. Dispõe ainda de um amplo espaço exterior, constituído por horta, jardins e espaços de passeio, dotado de equipamento para realização de atividades lúdicas e de lazer. O espaço exterior conta ainda com diversas tipologias de pisos, várias plantas aromáticas e árvores de fruto que permitem realizar intervenção sensorial e treinos de marcha com graus de dificuldade variáveis.

No que concerne aos profissionais que cooperam diariamente com a instituição, o Lar Betânia possui uma vasta e diversificada rede de colaboradores, permitindo responder às mais distintas necessidades dos utentes, sejam elas do âmbito clínico, de apoio psicossocial ou referentes às atividades básicas e instrumentais de vida diária.

Na tabela seguinte apresentam-se os recursos humanos da instituição:

	Área:	Profissionais:	Nº
Recursos Humanos	Equipa Técnica	Diretora Técnica	1
		Gestora de Recursos Humanos	1
		Médico	1
		Enfermeiras	3
		Fisioterapeuta	1
		Gerontóloga	1
		Assistente Social	1
		Animadora sociocultural	1
		Encarregada dos serviços gerais	1
	Pessoal de Apoio	Ajudantes de Ação Direta	29
		Ajudante de ativ. ocupacionais	2
		Auxiliares de serviços gerais	6
	Área Alimentar	Encarregada de setor	1
		Cozinheira	2
		Ajudante de cozinha	2
		Empregada de refeitório	1
	Outro pessoal	Porteira	1
		Administrativo	1

Relativamente aos recursos financeiros da instituição, a maioria provém da comparticipação dos utentes e seus familiares. A outra parte é financiada pelo acordo de cooperação com a Segurança Social para 55 utentes, sendo que, destes, existem seis vagas reservadas à Segurança Social.

Legislação Aplicável

O Lar Betânia, Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas, rege o seu funcionamento através da legislação estipulada no:

- Decreto – Lei n.º 172 -A/2014, de 14 de novembro e suas alterações, – Aprova o Estatuto das IPSS;
- Despacho Normativo n.º 75/92, de 20 de maio – Regula o regime jurídico de cooperação entre as IPSS e o Ministério da Solidariedade, Emprego e Segurança Social;

- Portaria n.º 67/2012, de 21 de março – Define as condições de organização, funcionamento e instalação a que devem obedecer as estruturas residenciais para pessoas idosas;
- Decreto – Lei n.º 33/2014, de 4 de março - Define o regime jurídico de instalação, funcionamento e fiscalização dos estabelecimentos de apoio social geridos por entidades privadas, estabelecendo o respetivo regime contraordenacional;
- Protocolo de Cooperação em vigor;
- Circulares de Orientação Técnica;
- Contrato Coletivo de Trabalho para as IPSS;
- Manual de Processos Chave da Segurança Social;
- Regulamento Interno de Funcionamento.
- Orientações da DGS.

3. Temática a trabalhar “Cuidar com amor, reavivar a esperança”

Enquadramento teórico

“*Cuidar com amor, reavivar a esperança*” uma temática carregada de responsabilidades e desafios que compromete todos os recursos humanos de que a ERPI dispõe, as famílias e os utentes. Cuidar com amor... uma vocação inscrita no coração de cada homem e de cada mulher que impele a olhar o outro com ‘*com+paixão*’, numa atitude de serviço e de relação empática.

Vivemos numa época marcada por guerras e incertezas quanto ao futuro da humanidade e, por isso mesmo, é fundamental, reavivar a esperança e promover o bem comum nas estruturas prestadoras de serviços à pessoa idosa. Urge abandonar linguagens violentas e ofensivas e promover gestos e escolhas inspiradas na linguagem do amor, da paz e do altruísmo.

Cuidar da vida de cada utente é tudo fazer para que o seu dia-a-dia seja marcado por momentos de ternura, de atenção, de alegria e de amor e isso, “*contrasta-com a cultura do individualismo, da indiferença, do descarte e fazer crescer a cultura da ternura e da compaixão*” (Papa Francisco)

Sabemos que o processo de envelhecimento nem sempre é fácil dadas as adversidades e problemas de saúde que muitas vezes lhe estão associados, mas é sem dúvida tarefa dos cuidadores minimizar os seus efeitos e fazer crescer, no interior de cada um, a esperança. É, pois, imprescindível cuidar de todos e de cada um, na sua individualidade, dando lugar à partilha, ao diálogo, à interação social, à prática de atividades ajustadas ao perfil, às capacidades e expectativas, por forma a proporcionar-lhes tudo o que necessitam para se sentirem felizes.

Neste processo é fundamental o papel da família, enquanto *'parceira'* privilegiada na tarefa de cuidar com amor. Pelo que, é nosso desejo, continuar a desenvolver um trabalho de cooperação – Utentes + Família + Instituição + comunidade envolvente.

Operacionalização do tema I

Objetivo Específico	Estratégia	Indicador	Meta	Monitorização
Garantir a manutenção global das capacidades do idoso	Elaborar, monitorizar, avaliar e rever Planos Individuais de Cuidados;	Taxa de eficácia do PI	80%	Semestral
	Elaborar, monitorizar, avaliar e rever Planos Individuais;	Taxa de eficácia do PI	80%	Semestral
	Manter as sessões de fisioterapia individual;	Registo de atividade	100%	Anual
	Estimular a participação dos utentes nas atividades;	Taxa de eficácia do PI	100%	Anual
	Proporcionar o <i>atelier</i> da estética aos idosos 1 x por mês;	Registo de atividade	90%	Anual
	Proporcionar acompanhamento psicossocial ao idoso;	Taxa de eficácia do PI	100%	Anual
Promover a coesão da equipa interdisciplinar	Realizar trimestralmente reuniões da equipa interdisciplinar;	Registo de reunião	70%	Trimestral
	Contribuir com a equipa interdisciplinar na elaboração/avaliação do PI e PIC;	Registo de reunião	70%	Mensal
	Permitir Envolver que todos os funcionários contribuam na planificação de festividades como o Natal, Carnaval, Santos Populares, etc.	Registo de reunião	80%	Anual
Intervenção com a família	Integrar a família na participação em dias comemorativos	Histórico das visitas, saídas e consulta de plataformas digitais	80%	Anual
	Estreitar o relacionamento familiar através da realização de visitas e da promoção de saídas/encontros familiares		70%	Anual

	Incentivar os familiares e amigos na realização de telefonemas e/ou videochamadas	75%	Anual
--	---	-----	-------

4. Equipa Interdisciplinar

4.1. Área Social

4.1.1. Avaliação Multidimensional

A avaliação multidimensional consiste em avaliar o estado biopsicossocial da pessoa idosa. Esta avaliação utiliza instrumentos de natureza diversa, numa perspetiva interdisciplinar, abrangendo áreas onde a pessoa idosa necessita de intervenção, nomeadamente: 1) funcionalidade (AVD's Básicos referentes ao autocuidado e AVD's Instrumentais referentes à participação e integração do indivíduo na comunidade), 2) funções cognitivas (atenção, memória, raciocínio, linguagem, perceção, praxia, funções executivas). A partir das informações obtidas na avaliação deve ser elaborado um plano de intervenção que integre medidas adequadas às necessidades identificadas e das metas delineadas para cada pessoa.

Dimensões	Instrumentos de Avaliação
Funcionalidade	Atividades Básicas de Vida Diária - Índice de Barthel
	Atividades Instrumentais de Vida Diária - Índice de Lawton
Funções Cognitivas	Mini-Mental State Examination

De acordo com Veríssimo (2006), sendo o envelhecimento um processo multidimensional, a avaliação centrada na pessoa idosa, também deve sê-lo. Deste modo, as pessoas idosas, devem ser avaliadas numa perspetiva global e multidisciplinar, ou seja, a pessoa que envelhece deve ser considerada como um agente ativo do seu próprio processo de envelhecimento e que interage em diversos ambientes (família e sociedade).

Em suma, verifica-se que a avaliação multidimensional das pessoas idosas reúne evidências que poderão identificar as necessidades, potencialidades e expectativas da pessoa, com vista à melhoria dos cuidados prestados e do plano individual de cada residente. Desta forma, possibilita a organização, operacionalização e integração de todas as respostas às necessidades, expectativas e potenciais de desenvolvimento, apoiando e orientando, o futuro do residente (Instituto da Segurança Social, 2007).

4.1.2. Plano Individual

O Plano Individual (PI) é um instrumento que visa organizar, operacionalizar e integrar todas as respostas às necessidades, expectativas e potenciais de desenvolvimento identificadas em conjunto com o utente.

É importante salientar que, antes da entrada na Estrutura Residencial, o idoso já tinha um projeto de vida, pelo que o PI deve assegurar, tanto quanto possível, a continuidade do mesmo ajustado e adaptado ao contexto atual.

Os serviços prestados determinados no PI devem promover a autonomia, a independência e a qualidade de vida, respeitando o projeto de vida do idoso, para além dos hábitos, rotinas e gostos de cada pessoa.

Elaboração:

A elaboração do PI deve ser adequada às necessidades, hábitos, interesses, possibilidades e expectativas de cada idoso, na medida em que este é um ser único e individual. É importante recolher informações que permitam elaborar um PI real e adequado, utilizando instrumentos de recolha como:

- Ficha de avaliação diagnóstica;
- Avaliação multidimensional (acima referida);
- Avaliação das necessidades e dos potenciais do idoso;
- Observação direta e análise dos comportamentos e atitudes do indivíduo em contexto institucional;
- Conversas com o utente;

Monitorização:

As necessidades e expectativas dos idosos vão-se alterando ao longo do tempo, muito devido a alterações na funcionalidade e capacidades cognitivas do mesmo; na mudança dos seus próprios interesses; e nas modificações nas relações familiares e sociais. A monitorização do PI é realizada semestralmente e/ou sempre que se justifique.

Avaliação:

O período de vigência de cada PI é de um ano e, após esse período, é realizada uma avaliação final do mesmo. Nessa avaliação são analisadas as alterações que ocorreram no indivíduo em relação ao definido no PI que se encontrava em vigor e registadas as adaptações a efetuar na criação do novo plano individual. Caso essas alterações sejam muito acentuadas, poderá justificar que se realize uma nova avaliação multidimensional.

4.1.3. Acompanhamento social

- Criar momentos de acompanhamento individualizado, em que o profissional se centra somente no utente, tornando a escuta mais ativa e, por consequência, um idoso que se sente ouvido e reconhecido enquanto pessoa;

- Informar, aconselhar e encaminhar o idoso e/ou familiar para respostas ou profissionais adequados às necessidades identificadas;
- Assegurar o acompanhamento do percurso de inserção e adaptação ao meio institucional;
- Acompanhar o idoso a consultas médicas, realização de meios complementares de diagnóstico, etc., no exterior da instituição.

Para evitar o isolamento e assegurar a inserção na instituição e na comunidade, a área ocupacional surge com um papel fundamental e imprescindível junto dos idosos. Desta forma, a área ocupacional visa a promoção do equilíbrio psicossocial do idoso, através da potencialização de sentimentos de segurança, auto-estima, valorização e na preservação das funções cognitivas, de modo a que as suas diretrizes assentem na promoção do envelhecimento ativo e digno dos nossos idosos.

A equipa técnica considera de extrema importância que sejam desenvolvidas atividades direcionadas para esta população, uma vez que estas apresentam benefícios tanto a nível físico como a nível mental. Manter os nossos Idosos ocupados com atividades gratificantes, ajuda a afastar sentimentos de solidão, melhora a disposição e motivação dos mesmos, facilitando todo o processo de envelhecimento, por esse motivo pretendemos fomentar a participação ativa dos nossos utentes na vida da estrutura residencial, proporcionando assim momentos de partilha.

As técnicas da área social, ao longo do ano 2024/2025, propõem-se a efetuar atividades ocupacionais e de convívio que serão apresentadas ao longo dos próximos tópicos. Sempre que seja possível e viável muitas delas realizar-se-ão no exterior, respeitando a capacidade e os interesses dos residentes.

Em suma, com a elaboração do plano e conseqüente realização das atividades, pretendemos alcançar os seguintes objetivos:

- ✓ Proporcionar aos nossos Utentes novas experiências, que lhes permitam alcançar uma valorização pessoal e social;
- ✓ Identificar o interesse dos Utentes por temas, assuntos, necessidades e motivações;
- ✓ Promover a realização pessoal;
- ✓ Fortalecer as relações interpessoais;
- ✓ Promover novas formas de entretenimento e lazer;
- ✓ Fortalecer a relação do Utente/Família/Instituição;

- ✓ Fomentar a integração social dos Idosos;
- ✓ Aproximar a instituição da comunidade.

Para cada atividade, será elaborado um plano de sessão e posterior relatório de execução da atividade, assim como a respetiva avaliação de modo a que haja um reforço efetivo dos pontos fortes detetados, e por outro lado, a correção dos desvios face ao planeado.

Para além das atividades contidas neste plano, sempre que surgirem novas propostas de atividades a realizar, e pós aprovação da Direção, estas serão igualmente documentadas e arquivadas.

4.2 Acompanhamento individual

É imprescindível na área ocupacional, não se promover um acompanhamento individual. Este acompanhamento permite que os técnicos possam ir ao encontro das necessidades individuais e possam elaborar o Plano Individual ajustado às necessidades e às potencialidades do idoso. Neste sentido é necessário implementar métodos da avaliação multidimensional, para identificar os aspetos físicos, psíquicos, sociais e espirituais para permitir que a elaboração do plano individual seja o mais real possível. Após a elaboração do PI, conseguem-se planear intervenções/atividades que vão ao encontro das necessidades e potencialidades específicas de cada utente. Das muitas necessidades individuais, consta a necessidade de intervenção individual, que permite que o técnico possa estar com o idoso num local calmo, sem distrações, promovendo a sua concentração numa só palavra e, desse modo, potencializar atividades de carácter individual.

4.3 Ateliers

Ateliers	Objetivos	Periodicidade
Desportivo	Estimular a concentração	Pelo menos 3 x por mês
	Estimular a motricidade fina e grossa	
	Desenvolver o espírito de entreatajuda e de competição	
	Desenvolver a psicomotricidade	
	Estimular a coordenação motora, flexibilidade e movimento	
	Treinar a marcha	
Estética	Promover a autoestima	1 x por semana
	Fomentar o cuidado de si e do próximo	

	Trabalhar a valorização pessoal	
	Permitir o relaxamento	
Culinária	Estimular a memória	Pelo menos 1 x por mês
	Desenvolver a motricidade fina	
	Estimular a comunicação oral	
	Trabalhar a atenção e a concentração	
	Trabalhar AVD instrumental	
	Estimular a interação grupal	
Trabalhos Manuais	Promover a atenção e a concentração	Pelo menos 1 x por semana
	Estimular a criatividade	
	Desenvolver a motricidade fina	
	Estimular a comunicação oral	
	Estimular a coordenação óculo-manual	
	Promover a interação e a coesão grupal	
Dinâmicas de Grupo	Promover momentos de Partilha e Convívio	Pelo menos 1 x por semana
	Estimular a criatividade	
	Proporcionar orientação temporal relativa às épocas em questão	
	Estimular a comunicação oral	
	Fomentar as relações interpessoais e a coesão grupal	

4.4 Estimulação

Estimulação	Objetivos	Monitorização
Cognitiva	Promover a atenção e a concentração	Semanalmente
	Estimular a comunicação oral	
	Desenvolver a motricidade	
	Estimular a coordenação óculo-manual	
	Promover a orientação	
	Promover a interação e a coesão grupal	
	Estimular a memória	
	Reabilitar as funções executivas	
Sensorial	Estimular a memória	1 x por mês
	Reagir a estímulos auditivos, visuais, olfativos e táteis	
	Reagir a estímulos gustativos	

	Estimular e despertar sentidos visuais, auditivos e táteis	
	Promover o relaxamento e bem-estar físico e emocional	
	Desenvolver a motricidade	
	Promover a atenção e a concentração	
	Promover a interação e a coesão grupal	
Motora	Desenvolver a motricidade grossa e fina	1 x por semana
	Promover a atenção e a concentração	
	Estimular a coordenação óculo-manual	
	Promover a interação e a coesão grupal	
	Reconhecer o esquema corporal	

4.5 Atividades de carácter espiritual

Envelhecer é uma oportunidade para crescer na esperança, é uma ocasião para reforçar a relação com o transcendente, para aprofundar e/ou redescobrir a fé. A dimensão espiritual é uma dimensão que tem muito peso na vida do idoso. Por isso a ERPI esforça-se por organizar atividades diversificadas, neste âmbito, a fim de corresponder às expectativas dos utentes e das suas famílias. Todavia é totalmente respeitada a vontade expressa de cada pessoa.

Atividade	Periodicidade	Objetivos
Oração do terço (Capela)	Diária: 16h00	Cuidar e sustentar a devoção mariana dos utentes
Eucaristia (Capela)	Segunda a sábado – 08.30h Domingo – 10.00h	Fortalecer a dimensão da Fé e da fraternidade
1 ^{as} quintas feiras (Capela)	Adoração ao Santíssimo Sacramento (Mensal)	Rezar pela humanidade: Somos todos irmãos e vivemos na “Casa Comum”.
Celebração da reconciliação	Bimestral	Viver na Graça de Deus
Santa-Unção	Anual	Administrar este Sacramento a quem o desejar

Destaque-se, contudo, que estas atividades não têm participação obrigatória e são abertas a quem estiver interessado em participar. Respeitar-se-ão sempre as crenças, as

culturas e os valores de cada utente, permitindo que cada um tenha a assistência espiritual que desejar.

4.6 Plano Anual de Atividades

Plano anual de atividades		
Mês	Dia	Dia Comemorativo
Mensalmente	Respetivo Dia de Aniversário do Utente	Aniversários dos Utentes
Outubro	1	Dia do Idoso
	5	Implantação da República
	16	Dia Mundial da Alimentação
	24	Ida a Feira de Santa Iria a Tomar
	29 e 30	Confeção dos Bolos dos Santos
Novembro	1	Dia de Todos os Santos
	5	Dia Mundial do Cinema
	10	Dia Internacional do Trava-Línguas
	11	Dia de São Martinho
	15	Ida a Festival dos Chícharos
	17	Dia Mundial da Criatividade
Dezembro	1	Desfile de Material Reciclado/ Abertura de Exposição Natalícia/ Início do calendário de Advento
	4	Dia da Bolacha
	13	Chá com Histórias de Natal
	15	Festa de Natal – Utentes, Famílias e Colaboradores
	23	Ida ao Museu da Consolata – Exposição de Presépios
	25	Natal
	31	Celebração de fim de ano
Janeiro	1	Dia de Ano Novo
	6	Dia de Reis

	11	Dia Internacional do Obrigado
	18	Dia Internacional do Riso
	23	Dia da Escrita à Mão
	26	Dia Mundial da Educação Ambiental
	29	Dia Mundial do Puzzle
	31	Dia Mundial do Mágico/ Dia ao Contrário
Fevereiro	5	Dia Mundial da Nutella
	14	Dia dos Namorados
Março	4	Carnaval
	7	Dia Mundial da Oração
	8	Dia Internacional da Mulher
	13	Festa do Fundador: Dia da Instituição
	19	Dia do Pai
	20	Dia Internacional da Felicidade
	21	Dia Mundial da Poesia
	27	Dia Mundial do Teatro
Abril	1	Dia das Mentiras
	6	Dia Mundial da Atividade Física
	13	Dia do Beijo
	16	Dia Dos Monumentos e Sítios
	20	Páscoa
	25	Dia da Liberdade
	29	Dia Mundial da Dança
Maio	1	Dia do Trabalhador
	2	Dia Mundial do Atum
	4	Dia da Mãe - SPA Dia Internacional do Bombeiro
	12-18	Semana da Vida
	12	Dia Internacional do Enfermeiro
	13	Aniversário das Aparições de N ^a Sra. em Fátima
	15	Dia Internacional da Família
	17-18	Congresso do Pe. Brás - Atravessados pelo Amor e Pela Esperança – Cuidar as Famílias

	19	Ida à Feira de maio a Leiria
	20	Dia Mundial das Abelhas
	21	Dia Internacional do Chá
	27	Ida ao Santuário
	29	Dia da Espiga
Junho	1	Dia Mundial da Criança
	18	Dia Internacional do Piquenique
	23	Chá com histórias de Verão
	13, 24 e 29	Santos Populares
Julho	1	Dia Internacional da Piada
	7	Dia Mundial do Chocolate
	8	Ida à Festa da Nossa Senhora da Ortiga
	10	Dia Mundial da Pizza
	18	Ida à Nazaré
	20	Peregrinação Internacional da Família Blasiana a Fátima – Encerramento do Ano Jubilar
	21	Ida à Feira Medieval de Leiria
	22	Dia Mundial do Cérebro
	23	Dia de Santa Brígida
	26	Dia dos Avós
	29	Festa da Padroeira – Santa Marta
Agosto	8	Dia Mundial do Gato
	12	Ida à Praia Fluvial dos Olhos de Água
	19	Dia Mundial da Fotografia
Setembro	8	Dia Mundial da Fisioterapia Dia Internacional da Literacia
	21	Dia Internacional da Paz Dia mundial da doença de Alzheimer

De forma a comemorar/assinalar os dias festivos acima mencionados realizaremos atividades de estimulação sensorial e cognitiva, culturais, sociais, ambientais, lúdico-recreativas ajustadas ao perfil, capacidades e expetativas dos residentes. Estas serão definidas através de um processo participativo entre a equipa técnica e os utentes de forma a irem ao encontro das expetativas e desejos de cada um. Sempre que possível e,

as condições climatéricas o permitirem, realizaremos saídas da Instituição com visitas a locais de interesse para os utentes da Instituição.

Além das atividades acima referidas, com o propósito de **“Cuidar com amor, reavivar a Esperança”**, destacam-se ainda outras atividades promovidas pela instituição, que assumem grande importância tanto para os utentes como para os seus familiares e colaboradores da ERPI. Neste plano de ação e nas atividades planificadas pretendemos incluir tanto os colaboradores da instituição bem como, e principalmente, as famílias dos utentes fortalecendo laços e estreitando relações. Promoveremos igualmente a convivência social, através do relacionamento entre os residentes e destes com os familiares e amigos, com os cuidadores e com a própria comunidade, de acordo com os seus interesses e capacidades, promovendo, sempre que possível, a intergeracionalidade.

5. Área da Saúde

5.1 Médico

A presença de um médico de saúde geral e familiar numa instituição permite realizar um controlo mais rigoroso da condição de saúde/doença de cada utente. Desta forma, a prescrição terapêutica estará mais adaptada e adequada ao quadro clínico de cada utente.

Atualmente, o médico desloca-se à instituição uma vez por semana e/ou sempre que necessário. Aquando a sua presença, realiza consultas médicas e prescreve ou ajusta a medicação aos utentes; realiza visita médica aos utentes acamados; orienta e articula com as enfermeiras da instituição para que os cuidados prestados, diariamente, estejam de acordo com as diretrizes médicas e ajustados às necessidades de cada idoso.

Importa ainda referir que a instituição trabalha em rede com os respetivos médicos de família de cada utente, o que facilita a posterior prescrição de meios complementares de diagnóstico aos utentes.

Desta forma é possível garantir uma prestação de cuidados individualizados e adaptados a cada pessoa, ajustados às suas necessidades, patologias e em prol do maior bem-estar.

5.2 Enfermagem

O envelhecimento da população em Portugal é uma realidade. Com o aumento da esperança de vida, as pessoas institucionalizadas apresentam idades mais avançadas e, conseqüentemente, um maior grau de dependência e patologias muito diversificadas. As mais recorrentes e que vão de encontro à realidade do Lar Betânia, são: demências, patologia psiquiátrica, patologia osteoarticular, doença cardíaca e metabólica (diabetes), AVC (acidente vascular cerebral).

Assim, o Enfermeiro(a) é um profissional de saúde integrado numa equipa multidisciplinar, que desempenha um papel de grande relevância. Intervêm diretamente no utente e o seu trabalho tem como objetivo:

- Promover a autonomia;
- Prevenir o aparecimento de complicações;
- Reabilitar;
- Promover a saúde;
- Contribuir para a garantia da qualidade de vida do idoso.

O Enfermeiro tem um papel preponderante na articulação enfermeiro-equipa-utente por ser, por excelência, um profissional de cuidados de proximidade, que estabelece com o utente uma relação de confiança.

O Enfermeiro nesta instituição desenvolve as seguintes atividades:

- Avalia o estado mental e físico do utente, procurando compreender o seu estado de saúde geral;
- Organiza a medicação e prepara-a de forma individualizada por doente e refeição;
- Articula com os responsáveis pela gestão de *stocks* de material clínico e farmacológico;
- Trabalha com o utente para a promoção da saúde e prevenção da doença;
- Zela pelo conforto do utente, através de posicionamentos adequados às necessidades de cada um;
- Informa, esclarece e forma o pessoal afeto à ERPI acerca dos corretos procedimentos a ter perante os utentes e as suas patologias;
- Faz a articulação/encaminhamento com outros técnicos de saúde dentro e fora da instituição;
- Colabora no Plano Individual.

Para além do acima referido, realiza ainda técnicas próprias e específicas da profissão de enfermagem, nomeadamente:

- Avaliar regularmente a tensão arterial, os níveis de glicémia e oximetrias periféricas;
- Administrar injeções, insulinas, soro e oxigénio;
- Tratar de feridas simples a úlceras mais complexas;
- Colocar sondas vesicais, quando necessário;
- Entubar com sonda nasogástrica para alimentação, hidratação e administração de terapêutica em doentes com disfagia ou recusa alimentar permanente;
- Aspirar secreções brônquicas;
- Proceder ao registo dos tratamentos efetuados, no processo clínico do utente;

- Avaliação e controlo do peso corporal e cálculo do Índice de Massa Corporal.

5.3 Fisioterapia

Segundo a Associação Portuguesa de Fisioterapeutas o objetivo da profissão passa por *“desenvolver, manter e restaurar o máximo de movimento e capacidade funcional ao longo da vida dos indivíduos e das populações”*. Deste modo e, atendendo à natureza da nossa instituição, o fisioterapeuta assume um papel importante neste processo, onde o primórdio objetivo passa por promover um processo de envelhecimento ativo e funcional, seguindo o lema *“dar vida aos anos”*. Através de uma avaliação específica a cada indivíduo é possível reconhecer cada uma das suas necessidades, sendo posteriormente delineada uma intervenção individualizada, que no caso do Lar Betânia abrange todos os utentes e apresenta o seguinte esquema de intervenção:

- Classe de mobilidade e prevenção de quedas – salão
- Intervenção a nível individual – sala de convívio, ginásio de fisioterapia ou leito, consoante as necessidades terapêuticas.

5.3.1 Classe de mobilidade e Classe de mobilidade e prevenção de quedas

A atividade física surge como uma peça fundamental ao permitir ao idoso institucionalizado desenvolver uma atitude positiva e dinâmica quanto à sua saúde e bem-estar físico e mental, visando melhorar a/o:

- Controlo motor;
- Coordenação e agilidade;
- Flexibilidade;
- Equilíbrio;
- Força muscular;
- Mobilidade;
- Capacidade aeróbia;
- Capacidade cognitiva;
- Controlo algico.

O objetivo final é a melhoria/manutenção da funcionalidade e qualidade de vida do indivíduo sénior. Além disso permite a gestão de doenças crónicas pré-existentes onde se destacam as doenças cardiovasculares, a diabetes *mellitus*, a osteoporose, a obesidade, a ansiedade e a depressão. O facto de ser realizado em grupo permite também intervir a nível social, estimulando a interação entre os indivíduos.

Importa ainda referir que, de acordo com Sequeira (2010), a atividade física moderada tem um impacto positivo nas respostas motoras, no bem-estar e na melhoria da

funcionalidade em geral. Por outro lado, a prática regular de exercício físico está intimamente ligada à existência de oportunidades de convívio social, indispensável para uma boa saúde mental.

Duração e frequência semanal: duas vezes por semana, aproximadamente 1 hora.

A classe destina-se a todos os utentes do lar Betânia autónomos e parcialmente autónomos.

Material utilizado: bolas, bandas elásticas, bastões, halteres, arcos, bola de Pilates.

5.3.2 Intervenção individual

Áreas de intervenção: Condições músculo-esqueléticas, neurológicas e cardiorrespiratórias.

Tipo de intervenção: Tratamento individual de Fisioterapia direcionado às necessidades específicas de cada um, onde é realizada uma avaliação inicial, que engloba um exame subjetivo e objetivo e onde são delineados, conjuntamente com a opinião do utente, os objetivos de intervenção. Posteriormente é acordado o plano de intervenção, dando-se início à sua execução. As principais técnicas utilizadas são as seguintes:

- Mobilização articular passiva, ativa-assistida e ativa;
- Mobilização de tecidos moles: muscular, ligamentar, tendinoso, fascial;
- Alongamentos musculares;
- Fortalecimento muscular;
- Treino de equilíbrio e propriocepção;
- Treino de coordenação e controlo motor;
- Treino aeróbio (eg. corrida, pedaleira, bicicleta);
- Treino funcional (eg. rolamentos no leito, levante, transferências, alimentação, vestir/despir);
- Exercício terapêutico;
- Treino de marcha;
- Treino de escadas;
- Posicionamentos;
- Técnicas específicas de Fisioterapia respiratória;

Duração e frequência: Entre 30 a 60 minutos por utente, em contexto de 1 para 1, com uma frequência que varia normalmente entre uma a três vezes por semana, dependendo da intervenção realizada e dos objetivos terapêuticos.

5.4 Rede de suporte formal

De acordo com Sequeira (2010), o aumento da longevidade na sociedade atual coloca novos desafios, em diversos domínios, dos quais se destaca o da prestação de cuidados. Ao nível da prestação de cuidados, porque o avançar da idade implica um maior risco de doença e, conseqüentemente, um maior nível de dependência, ao qual se associa uma maior necessidade de cuidados formais e informais.

Neste sentido, quando falamos em rede de suporte formal, referimo-nos às Ajudantes de ação direta. A razão pela qual enalteçemos esta categoria profissional, é o facto de ser este o profissional que presta a maior parte dos cuidados pessoais, nomeadamente nas atividades de vida diária (tomar banho, vestir, higiene, mobilidade e alimentação). Neste sentido, cabe a estes profissionais assegurar as necessidades básicas do idoso.

Quanto maior for o declínio funcional, mais elevado será o grau de dependência da pessoa idosa para suprir as suas necessidades básicas e, por consequência, será necessária uma maior intervenção da rede de suporte formal nessa pessoa. De acordo com Sequeira (2010), a dependência surge como resultado do aparecimento de um défice, que limita a atividade, em termos de funcionalidade da pessoa. A limitação na atividade não pode ser compensada na totalidade por uma ajuda técnica, pelo que necessita de ser compensada com a ajuda de outra pessoa.

Desta forma, é na rede formal que encontramos os profissionais que mais intervêm com os utentes e quem mais influência exerce sobre o bem-estar dos mesmos.

É necessário capacitar, unir e formar esta rede de suporte formal para permitir que possam ter melhores ferramentas para prestar com qualidade os cuidados da vida diária e para que os idosos se sintam mais felizes. Com esse propósito, a direção seleciona temáticas de formação a abordar ao longo do ano.

Para o ano 2024-2025 a direção selecionou:

Data	Tema	Destinatários	Entidade / Formador
27 nov. 2024	Programa de prevenção e controlo de Legionela	Administradores	Harmat
6, 9, 16, 17 dez. 2024	Prevenção e combate a incêndios Medidas de Auto-Proteção	Colaboradores (todos)	António Gaspar Bombeiro
6, 7 jan. 2025	Prevenção e Primeiros Socorros geriátricos	Colaboradores (todos)	
10, 11 Abr. 2025	Transferências e posicionamentos	Ajudantes de ação direta	Ricardo (Fisioterapeuta)
4, 5 Jun. 2025	Saúde e higiene oral	Ajudantes de ação direta	Vigiaodente

Formações on-line; formações presenciais; participação em conferências, debates, colóquios, jornadas, seminários, direcionados para uma intervenção qualificada junto dos utentes e suas famílias.

5.5 Rede de suporte informal

A visão que o idoso tem sobre o seu próprio envelhecimento condiciona o seu envolvimento sociocultural e a valorização que dá à participação na dinâmica institucional. São as relações sociais, como a família, que favorecem o bem-estar psicológico e social desta população e que os fazem sentir seguros, apoiados, ajudando-os a manter uma vida ativa na dinâmica institucional. É perceptível a necessidade de envolver a família dos nossos idosos no dia-a-dia da instituição, não só para os fazer sentirem-se mais “em casa”, como, para reforçar os laços familiares.

Como mencionado anteriormente, o caminho que escolhemos trilhar, cria especial foco no outro, contrariando a perspetiva do individualismo. Sabemos que o trabalho de uma equipa é dirigido ao outro, não podemos negligenciar que o outro necessita de permanecer em contacto com as suas origens e com as pessoas com quem manifesta relação de proximidade.

Neste sentido com o plano de ação “*Cuidar com amor, reavivar a esperança*” 2024/2025, não poderíamos deixar de ter o foco nas necessidades do outro, no contacto com as suas famílias, utilizando todos os recursos disponíveis nomeadamente as plataformas digitais, o telefone da instituição e incentivando sempre as visitas presenciais e os encontros com os seus familiares. Procedendo desta forma, garantimos o bem-estar dos nossos residentes bem como de toda a comunidade envolvente.

As atividades que possam privilegiar um contacto mais afetuoso com as famílias dos utentes serão priorizadas, centrando-se em responder às necessidades emocionais dos mesmos e contribuindo para preservar e fortalecer as ligações familiares.

6. Parcerias

Atualmente encontram-se estabelecidas parcerias, que se agrupam de acordo com o tipo de relação estabelecida.

- Instituto de Segurança Social (ISS), no apoio *Financeiro*
- Instituto Secular das Cooperadoras da Família (ISCF), na *cedência de instalações a título gratuito – Contrato de comodato*;
- Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP), na *Integração de Estágios Profissionais*.
- Fundação Monsenhor Alves Brás (FMAB), *Formação Contínua*:
- **Área Social:** Câmara Municipal de Ourém, (CLAS); Junta de Freguesia de Fátima
- **Área de Saúde:** Farmácia Beato Nuno e Farmácia dos Pastorinhos; existe parceria formal para o fornecimento e preparação semanal de toda a medicação. Clínica Iriamédica: parceria no apoio a consultas de especialidade e análises clínicas.

Considera-se fundamental fortalecer a rede de parceiros existentes, integrando novos parceiros que venham a revelar-se uma mais-valia para o trabalho diário levado a cabo pela instituição.

Conclusão

Ano após ano, e numa tentativa constante de a cada dia prestarmos um melhor serviço aos nossos utentes, suas famílias e à comunidade em geral e dando continuidade ao trabalho que temos desenvolvido ao longo dos anos, este ano o nosso foco vai para a atitude de **“Cuidar com amor, reavivar a esperança”**.

Prestar cuidados ao outro é um trabalho que contribui para a sua felicidade, para o seu bem-estar, que transmite segurança a quem cuidamos. Cuidar implica dar amor e proporcionar um ambiente saudável no qual a pessoa se sinta verdadeiramente amada e feliz. Através dos projetos e atividades apresentados, procuramos criar um ambiente onde o afeto, o respeito e a valorização do ser humano sejam os pilares da nossa ação.

Cuidar segundo estes valores, reaviva também a esperança em quem é cuidado. Para tal é ‘obrigatório’ reavivar a esperança em nós e à nossa volta, dando sentido à vida e proporcionando momentos de verdadeira felicidade.

Neste sentido, foram apresentadas as diferentes áreas de atuação que serão desenvolvidas no decorrer do ano letivo e que têm em conta os fatores acima referidos. De referir que o plano não é algo estanque e que poderá ser sempre alterado caso se verifique essa necessidade. De facto, este documento representa um ponto de partida, um guia flexível que será constantemente avaliado e adaptado às necessidades em evolução, assegurando que continuamos a ser um farol de esperança e um porto seguro para todos.

Bibliografia

Decreto-lei nº 261/93 de 24 de Julho. Diário da República nº 172/93 – I Série A. Lisboa: Ministério da Saúde.

Instituto da Segurança Social, I.P. (ISS, 2007). *Guia Prático: Manual dos Processos-Chave da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas*. Lisboa: Instituto da Segurança Social, I.P.

Sequeira, C. (2010). *Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental*. Lisboa: Lidel – Edições Técnicas, Lda.

Veríssimo, M. T. (2006). Avaliação multidimensional do idoso. In Firmino, L. C. Pinto, A. Leuschner, & J. Barreto (Eds.), *Psicogeriatría* (pp.489-498). Coimbra: Livraria Almedina.