



Centro Social da Paróquia da Areosa

RELATÓRIO DE ATIVIDADES

2019

ÍNDICE

Introdução	3
Centro de Dia	3
SAD	4
Centro de Convívio	4
Ação Social	5
Prestação de Cuidados	6
Animação / Educação	7
Saúde	10
Cantina Social – Programa de Emergência Alimentar	11
Academia Sénior	12
Conclusão	13

RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO FINAL 2019

1. Introdução

O Relatório de Avaliação Final 2019 apresenta resumidamente as metodologias e as atividades desenvolvidas, bem como os resultados obtidos através da sua execução, aglutinando as informações relativas às respostas sociais existentes no Centro Social da Paróquia da Areosa: Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário, Centro de Convívio, Cantina Social e Academia Sénior.

Ao longo do presente relatório, procede-se à explanação de informação referente a clientes abrangidos e admissões e saídas dos clientes das diferentes respostas sociais e à caracterização dos mesmos.

Expõem-se os resultados referentes à intervenção na área da ação social, nomeadamente no que concerne os atendimentos e as visitas domiciliárias.

Na área da prestação de cuidados mostram-se os resultados obtidos ao longo do ano, abordando os serviços de Fornecimento e Apoio na Alimentação à semana e ao fim de semana, Higiene e Conforto Pessoal, Cuidados de Imagem, Tratamento de Roupa, Transporte e Higiene Habitacional.

Referem-se ainda as atividades socioculturais e lúdico-recreativas realizadas no âmbito da intervenção na área da animação e educação, bem como aquelas na área da saúde, designadamente as consultas médicas e as consultas de enfermagem.

2. Centro de Dia

Durante o ano de 2018 foram abrangidos pela resposta social de Centro de Dia um total de **cento e cinquenta e dois** clientes. Noventa e oito clientes desta resposta foram mulheres e cinquenta e quatro pertenciam ao sexo masculino.

A maioria destes clientes apresentaram idades compreendidas entre os 75 e os 94 anos de idade.

Registaram-se **cinquenta e uma** novas admissões ao longo do ano referentes a trinta e sete clientes do sexo feminino e catorze do sexo masculino, pertencentes maioritariamente à faixa etária entre os oitenta e cinco e noventa e quatro anos de idade.

Por outro lado, foram quarenta os clientes que desistiram da frequência desta resposta social. Em catorze dos casos, a desistência ficou a dever-se a uma decisão motivada por motivos pessoais, sete clientes passaram a integrar-se na resposta social de Serviço de Apoio Domiciliário, sete em estrutura residencial e oito faleceram.

A maioria dos clientes que cessaram os serviços em 2019 foram mulheres entre os oitenta e cinco e os noventa e quatro anos.

3. Serviço de Apoio Domiciliário

O Serviço de Apoio Domiciliário deu resposta a **cento e cinco** clientes ao longo do ano de 2019, sessenta e seis dos quais mulheres e trinta e nove homens, maioritariamente com idades entre os oitenta e cinco e os noventa e quatro anos.

Ao longo do ano foram admitidos quarenta clientes na resposta de Serviço de Apoio Domiciliário, vinte e três dos quais mulheres e dezassete homens, na sua maioria entre os oitenta e cinco e os noventa e quatro anos de idade.

Oito mulheres e nove homens deixaram de usufruir deste serviço, tendo cinco tomado esta decisão por motivos pessoais, seis faleceram e três transitaram para a resposta de Centro de Dia

4. Centro de Convívio

No que ao Centro de Convívio concerne, foi abrangido um total de **setenta e dois** clientes nesta resposta social.

Destes, cinquenta e oito pertenciam ao sexo feminino e catorze ao sexo masculino.

A maioria dos clientes pertencia à faixa etária entre os setenta e cinco e os oitenta e quatro anos de idade.

Ao longo do ano foram realizadas doze admissões. Dez mulheres e dois homens passaram a integrar esta resposta social.

Os clientes admitidos apresentaram idades maioritariamente entre os 75 e os 84 anos.

Foram quinze os clientes que desistiram de Centro de Convívio, doze mulheres e três homens.

A maior parte dos clientes que desistiram da resposta social inseriam-se nos grupos etários entre os setenta e cinco e os noventa e quatro anos de idade.

5. Ação Social

O objetivo central da intervenção na área da **ação social** foi prestar o apoio psicossocial necessário a cada um que procurou a assistência da instituição, o que foi realizado através de atendimento social presencial, telefónico e por correio eletrónico a clientes, famílias, cuidadores e à comunidade em geral, de visitas domiciliárias e de articulação institucional.

Atendimentos

Serviço	Número
Atendimentos Presenciais	3670
Atendimentos Telefónicos	3597
Atendimentos Mail	1165
Atendimentos Iniciais	606
Atendimentos Gestão Processos	5865
Atendimentos Comunidade	1550
Total	16453

Quadro 1 Atendimentos Sociais

O quadro acima mostra que durante 2019 foram realizados dezasseis mil quinhentos, quatrocentos e cinquenta e três **atendimentos sociais** pela equipa técnica: três mil seiscentos e sessenta atendimentos presenciais, três mil quinhentos e noventa e sete atendimentos telefónicos e mil, cento e sessenta e cinco atendimentos através de correio eletrónico.

Cinco mil oitocentos e sessenta e cinco destes atendimentos foram realizados no âmbito da gestão dos processos individuais das diferentes respostas sociais, seiscentos e seis no âmbito dos processos de admissão e mil quinhentos e cinquenta foram atendimentos à comunidade.

Visitas Domiciliárias

Serviço	Número
Visitas Domiciliárias SAD	257
Visitas Domiciliárias Centro Dia	47
Visitas Domiciliárias Centro Convívio	6
Visitas Domiciliárias Outros	16
Total	326

Quadro 2 Visitas Domiciliárias

Ao longo do ano efetuaram-se trezentas e vinte e seis **visitas domiciliárias**, na grande maioria a clientes de Serviço de Apoio Domiciliário.

6. Prestação de Cuidados

No âmbito das respostas sociais de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário foram prestados diversos cuidados através dos serviços de Fornecimento e Apoio na Alimentação à semana e ao fim-de-semana, Higiene e Conforto Pessoal, Cuidados de Imagem, Tratamento de Roupa, Transporte, Higiene Habitacional, entre outros.

O quadro seguinte mostra os clientes que usufruíram destes serviços ao longo do ano de 2019.

Serviço	Clientes Abrangidos		
	Centro de Dia	SAD	Outros
Fornecimento da alimentação à semana	113	48	0
Fornecimento da alimentação ao fim-de-semana	33	25	0
Higiene e Conforto Pessoal	30	38	1
Cuidados de Imagem	14	24	0
Tratamento de Roupa	19	12	1
Transporte	71	1	2
Higiene Habitacional		31	0

Quadro 3 Serviços no âmbito da prestação de cuidados

7. Animação / Educação

Atividades socioculturais e lúdico-recreativas

O quadro seguinte mostra as diversas atividades socioculturais e lúdico-recreativas desenvolvidas ao longo do ano e os respetivos participantes por resposta social.

Atividade	CD	CC	SAD	Outros	TOTAL
Festa de Dia de Reis	60	20	0	0	80
Vamos cantar as Janeiras	6	13	0	30	49
Apresentação do Tema e Plano Anual	81	23	0	0	104
Ciclo de Conferências “Religiões do Mundo”	75	25	0	5	105
Celebração Eucarística pelos utentes falecidos no ano de 2018	70	25	0	9	104
Torneio do Bingo	15	3	0	0	18
Dia dos Namorados	65	30	0	0	95
Passeio a Ponte de Lima	22	20	1	8	51
Desfile de carnaval: Carnaval pelo Mundo	62	10	0	0	73
Dia Internacional da Mulher	5	13	0	1	19
O Porto é Lindo!: Visita ao Tribunal da Relação	22	10	0	2	34
Comemoração do Dia do Pai	71	21	0	10	102
Passagem de Modelos: Trajes do Mundo (parte I)	52	15	0	0	67
Teatro Sá da Bandeira: “Filha da Mãe”	11	2	0	12	25
Jogos Tradicionais Intergeracionais	14	0	0	0	14
Dia Mundial da Saúde	83	26	0	4	113
Festa da Páscoa	83	24	4	8	119
Comemoração 25 de Abril	50	20	0	0	70
Festival “Danças do Mundo”	60	20	0	3	83
Festa Mês de Maria / Dia da Mãe	50	15	0	0	65
Dia do Vizinho / Dia Internacional da Família	79	28	12	25	144
Apresentação Digital “7 Maravilhas do Mundo”	73	25	0	15	113
Comemoração do 37º aniversário do C.S.P.A.	65	25	0	10	100
Passeio a Marco de Canaveses	23	19	1	4	47
Dia Mundial do Ambiente	70	18	0	0	88
Dia Mundial da Consciencialização da violência contra a	94	6	0	6	106
Festa de S. João	88	20	0	15	123
Dia Europeu da Música	77	6	0	4	87
Concurso de Cultura Geral “Tradições do Mundo”	65	10	0	0	75
Tarde “A Bombar”	75	15	0	1	91
Dia Metropolitano dos Avós	25	20	0	0	45
Dia dos Avós	90	16	0	45	151
O Porto é Lindo!: Visita ao Palácio do Bolhão	16	7	0	0	23
Tarde de Teatro	85	35	0	15	135
Arca d’ Água	25	0	0	0	25
Despedida do Verão	82	15	0	2	99
Festa do Dia das Colheitas	80	25	0	3	108
Passeio à Serra da Estrela	17	20	0	7	44

Semana do Idoso	84	32	8	21	145
Dia Mundial da Saúde Mental	72	12	0	7	91
Semana Sabores do Mundo	100	4	0	0	104
O Porto é Lindo!: Visita ao SeaLife	18	7	0	0	25
Passagem de Modelos “Trajes do Mundo” (parte II)	100	20	0	5	125
Passeio a Fátima	22	13	0	5	40
Torneio de Dominó	16	0	0	0	16
Dia de S. Martinho	85	20	0	5	110
Dia Mundial do Cinema	60	10	0	3	73
Sou Voluntário!	60	10	0	3	73
Venda de Natal	90	35	0	15	140
Festa de Natal	103	25	0	31	159
Festa de Fim de Ano	62	15	0	3	80
Celebrações Eucarísticas	103	24	5	21	153
Festas de Aniversário	101	43	3	24	171
Pedalar sem Idade	16	0	0	0	16

Quadro 4 Atividades socioculturais e lúdico-recreativas

Programas de Intervenção

Fizeram parte do plano anual dez programas de intervenção na área da animação / educação.

Programa de Intervenção	Nº de sessões realizadas	Nº de participantes		
		CD	SAD	CC
Cantinho da Leitura	14	50	0	6
Agulha e Linha	46	12	0	4
Dança Comigo	17	12	0	3
Constru´Ser+	32	15	0	0
Oficina de Manualidades	77	55	0	25
Clube de Teatro	67	25	0	15
Grupo de Cavaquinhos	65	3	0	13
Grupo de Cantares	71	21	0	25
À Procura de Tesouros	11	50	1	0
Espaço Palavra e Vida	12	12	0	0

Quadro 5 Programas de Intervenção no âmbito da animação / educação

O programa *Agulha e Linha* é uma atividade incentivadora, participada essencialmente por senhoras que revelam maior gosto e aptidão para a realização deste tipo de trabalho, motivadas pela ocupação útil do seu tempo permitindo, ao mesmo tempo, uma renovação do seu próprio vestuário conferindo-lhes uma grande estimulação e autoestima.

Os participantes do *Grupo de Cavaquinhos* e do *Grupo de Cantares* trabalharam a música com grande entusiasmo, mostrando um melhoramento significativo face ao ano transato.

Durante o ano de 2019, estes grupos tiveram intervenções internas, bem como externas, como por exemplo, a participação na iniciativa Arca de Natal promovida pela Câmara Municipal do Porto, na Festa dos Avós da Paróquia Nossa Senhora da Areosa e na atividade Encontro de Instituições da Escola de Tecnologias Psicossocial do Porto.

O *Clube de Teatro* teve como objetivos sensibilizar para diferentes formas de expressão e comunicação, desenvolver a capacidade de concentração, promover convívio e coesão de grupo e desenvolver o auto conhecimento. Ao longo do ano verificou-se um crescimento gradual e, no final, o grupo encontrava-se significativamente mais ativo e empenhado com várias apresentações.

O *Dança Comigo* é uma atividade fortemente ligada à música e dança tradicional portuguesa, baseada no folclore e modinhas do antigamente. Esta arte, por fazer parte da raiz cultural dos clientes desta Instituição, torna-se estimulante, incentivando-os e motivando-os à inclusão nos ensaios com o fim a uma participação ativa, que muito lhes agrada, nas festas que decorrem ao longo do ano.

A *Oficina de Manualidades* teve em conta o desenvolvimento da motricidade fina e o exercício da memória, através de diversos tipos de trabalhos manuais. Os participantes foram aplicando as técnicas do traço, corte, pintura e colagem.

No *Cantinho da Leitura*, as leituras continuam a ser dirigidas para antigos contos, provérbios e outra sabedoria popular com o intuito da estimulação das memórias de outros tempos vividas pelos nossos clientes.

A utilização do computador tem sido muito proveitosa para que, por intermédio de imagens, mapas e textos se possam visitar as diversas regiões do país e conhecer os seus principais aspetos culturais que em comunhão com as suas histórias, tradições e costumes, muitas delas comuns à ascendência de vários dos idosos, lhes permitem reavivar as suas próprias origens, histórias e, portanto, as suas memórias.

No ano de 2019, o interesse dos clientes com a atividade *Constru'ser+* foi evidente. A informática é uma atividade que provoca significativa satisfação, pois permite que os seniores realizarem pesquisas, leitura de jornais, interligarem-se através das redes sociais, visualizarem filmes, o que os faz sentir mais próximos da sociedade atual e em simultâneo exercitarem o cérebro, fortalecerem o raciocínio e preservarem a memória.

Integrado no tema anual de 2019, e tendo como objetivo criar momentos de partilha a nível pessoal, familiar e social, no *Espaço Palavra e Vida* foram abordados os seguintes países: Brasil, Angola, Espanha, Itália, França e Canadá. A pedido do grupo foram também abordados os temas: Internar os pais num lar – amor ou abandono?; Amizade; Mês de Maria – Mês do Sim; Eutanásia e Distanásia – benefícios; Interpretação de frases do Papa Francisco.

O programa *À Procura de Tesouros*, que visou fundamentalmente estreitar relações de amizade entre os clientes e fomentar a participação ativa destes, bem como a colaboração entre eles, foi desenvolvido através do recurso à estratégia de dinâmica de grupo no jardim e alpendre da instituição.

Este ano foi utilizada uma nova estratégia que consistiu na criação de um pequeno grupo coral “Sair da casca”. Esta nova forma de procurar tesouros deixou os participantes muito felizes e intervenientes.

8. Saúde

Na área da **saúde** distinguem-se como metodologias de intervenção as consultas de medicina, as consultas de enfermagem, o apoio psicológico, os programas de estimulação cognitiva e a educação física com o objetivo central de promover o bem-estar e a saúde física e mental.

Tipo	Nº Clientes Abrangidos	Nº consultas realizadas
Consultas médicas	39	192
Consultas de enfermagem	101	936

Quadro 6 Consultas médicas e de enfermagem

Ao longo do ano, registou-se um total de cento e noventa e duas *consultas médicas* que contribuíram para detetar precocemente problemas de saúde e controlar a evolução dos sintomas.

Foram realizadas novecentas e trinta e seis *consultas de enfermagem* que, através da prestação de cuidados de saúde, permitiram prevenir estados de doença, prevenir e tratar feridas e promover a recuperação do estado de saúde dos clientes.

O quadro abaixo mostra a intervenção desenvolvida através dos programas de intervenção Educação Física Sénior, Oficina da Memória e EstimularMente.

Programa de Intervenção	Nº de sessões realizadas	Nº de participantes		
		CD	SAD	CC
Educação Física Sênior	87	63	0	0
Oficina da Memória	42	12	0	0
EstimularMente	21	9	0	0

Quadro 7 Programas de Intervenção no âmbito da saúde

Através dos programas *Oficina da Memória e EstimularMente* atingiram-se os objetivos de promover a estimulação cognitiva e o treino de memória, retardando os efeitos da perda destas capacidades e, espera-se, retardando o surgimento de doenças degenerativas.

A *Educação Física Sênior* contribuiu para o aumento da tonificação das articulações e músculos, do equilíbrio, da agilidade, da coordenação e da capacidade de executar força, diminuindo o risco de lesões.

9. Cantina Social – Programa de Emergência Social

Ao longo do ano de 2019, foram beneficiários do Programa de Emergência Alimentar quinze clientes. Destes, onze eram homens e quatro pertenciam ao sexo feminino.

No que diz respeito às idades, verificou-se que a maioria dos clientes abrangidos na resposta de Cantina Social apresentaram idades compreendidas entre os trinta e oito e os sessenta anos de idade.

Treze dos beneficiários do Programa de Emergência Alimentar encontravam-se em situação de desemprego de longa duração e dois eram pensionistas.

Quanto às tipologias de agregado familiar, 73% dos beneficiários são provenientes de família unitária, 20% oriundos de família nuclear e 7% provindos de família nuclear com uma filha.

Ao longo do ano foram efetuadas oito admissões e registadas seis saídas do programa de emergência alimentar.

Foram admitidos três beneficiários pertencentes ao sexo feminino e cinco ao sexo masculino, em larga maioria entre os trinta e oito e os sessenta anos de idade.

Por outro lado, registaram-se seis saídas. Quatro homens e duas mulheres deixaram de ser beneficiários desta medida, a grande maioria com idades entre os cinquenta e os sessenta e dois anos de idade.

Os motivos que levaram à exclusão dos beneficiários prendeu-se em 50% dos casos a um elevado número de faltas e outros 50% por desistência devido a motivos pessoais.

Em 2019 foi contratualizada a disponibilização de dez refeições mensais através do Protocolo de Emergência Social. No cumprimento deste, registou-se um total de três mil seiscentas e cinquenta refeições protocoladas e três mil trezentas e sessenta e sete refeições efetivamente entregues. Verificaram-se noventa e quatro faltas ao longo do ano.

Meses	N.º Dias	N.º refeições protocoladas	Refeições entregues	Ref. Extra	Faltas	N.º refeições sem atribuição
jan-19	31	310	262	10	6	0
fev-19	28	280	277	0	0	3
mar-19	31	310	309	0	1	0
abr-19	30	300	299	0	1	0
mai-19	31	310	309	0	1	0
jun-19	30	300	298	0	2	0
jul-19	31	310	306	0	4	0
ago-19	31	310	305	0	5	0
set-19	30	300	298	0	2	0
out-19	31	310	275	8	35	0
nov-19	30	300	264	0	6	30
dez-19	31	310	283	0	4	16
		3650	3485	18	67	49

Quadro 8 Distribuição de refeições em Cantina Social

10. Academia Sénior

Durante o ano de 2019, a Academia Sénior contou com a participação de **quarenta e quatro alunos**. Verificaram-se dez novas inscrições, tendo os restantes alunos transitado do ano anterior.

Cinco alunos deixaram de frequentar esta resposta social, três por motivo de doença e um por motivos desconhecidos.

Vinte e três alunos pertencem ao sexo feminino e a maioria apresentam idades compreendidas entre os setenta e os setenta e nove anos.

O quadro 9 permite perceber que ao longo do ano funcionaram sete disciplinas: Teatro de Revista, Inglês e Cultura Inglesa, Atelier de Artes, Ginástica Passiva, Informática, Internet e Redes Sociais e História e Cultura do Porto, com um total de sessenta e sete inscrições.

Disciplina	Nº alunos
Teatro de Revista	7
Inglês e Cultura Inglesa	7
Artes Decorativas	6
Informática	8
Internet e Redes Sociais	6
Pintura	4
História e Cultura do Porto	6
Total	44

Quadro 9 Distribuição dos alunos da Academia Sénior pelas disciplinas

11. Conclusão

O Centro Social da Paróquia da Areosa definiu como tema para o ano **2019 “Séniore s à descoberta do Mundo”**. Numa era de globalização e cultura universal, e tendo em mente a importante premissa de que somos “todos diferentes, todos iguais”, procurou-se ao longo deste ano civil, proporcionar aos clientes oportunidades de “viajarem pelo mundo” e conhecerem novas realidades e vivências. Assim, fomos à descoberta dos Sabores, das Danças, das Tradições, das Histórias, dos Monumentos, das Maravilhas Naturais, das Personalidades, das Músicas, das Religiões ... do Mundo.

A planificação anual das atividades visou a concretização de objetivos inerentes às diferentes respostas sociais de Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário, Centro de Convívio, Cantina Social e Academia Sénior, que passaram pela prestação de serviços, pela ocupação dos clientes e o seu respetivo envolvimento, o que motivou à participação e consciencialização de que são úteis e de que o seu contributo é importante para o desenvolvimento das mesmas. Desta forma, a implementação das variadas ações permitiram, além da satisfação das necessidades básicas dos clientes, proporcionar uma vida mais ativa apontando para a diversidade de domínios a trabalhar, respeitando os diferentes Saberes, promovendo a autonomia pessoal, propiciando momentos lúdicos, comunicacionais e criativos e melhorando a autoestima de cada um, tendo sempre como objetivo último o envelhecimento ativo e saudável do idoso.