



*Cercima*



## **ÍNDICE**

<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>3</b>
<b>DESCRIÇÃO DO SERVIÇO</b>	<b>3</b>
<b>OBJETIVOS ESTRATÉGICOS</b>	<b>4</b>
<b>PLANO DE ATIVIDADES</b>	<b>5</b>
<b>PLANO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAL</b>	<b>7</b>
<b>CRONOGRAMA</b>	<b>11</b>

## INTRODUÇÃO

O Plano de Atividades da Residência Autónoma para o ano 2017 constitui um documento organizador que tem em linha de conta a missão do serviço, os objetivos estratégicos da CERCIMA, as necessidades, expectativas/motivações dos Clientes, as considerações do relatório de atividades de 2016 e define o projeto do serviço bem como as atividades previstas para este ano.

É de realçar que o plano não é estanque e estará sujeito a alterações em virtude de novos programas, atividades e eventos que possam surgir ao longo do ano, pelo que poderão surgir alterações quando a equipa o julgar conveniente e sempre que se justifique.

## DESCRIÇÃO DO SERVIÇO

A Residência Autónoma é uma resposta social da CERCIMA com acordo de cooperação com o Centro Distrital da Segurança Social de Setúbal para 5 clientes. Atualmente conta com 5 clientes integrados no serviço, todos do sexo masculino com idades compreendidas entre os 19 e os 37 anos, provenientes dos concelhos de Montijo, Pegões e Palmela. Todos os clientes possuem deficiência mental e quatro dos clientes estão integrados noutros serviços da CERCIMA: Formação Profissional e Centro de Atividades Ocupacionais. 3 clientes estão integrados em estágios profissionais, 1 cliente está integrado em estágio sócio ocupacional e 1 cliente concretizou contrato profissional de substituição.

A Residência Autónoma tem como equipa afeta:

<b>Categoria Profissional</b>	<b>Nº</b>
Diretor Técnico / Psicólogo	1
Terapeuta Ocupacional	1
Ajudantes de Ação Direta	3
Auxiliar de Serviços Gerais	1
<b>Total</b>	<b>6</b>

A Residência Autónoma funciona continuamente sem interrupções previstas, todos os dias do ano.

Relativamente à estrutura funcional, a Residência Autónoma procura assegurar:

- ✓ Alojamento dentro de um ambiente sociofamiliar de corresponsabilização;
- ✓ Alimentação, tendo em conta as necessidades nutricionais dos clientes;
- ✓ Cuidados de imagem e higiene;

	<b>Plano de Atividades Residência Autônoma</b>	<b>Mod46/V01.Org (09.02.2015)</b>
		Página 4 de 11

- ✓ Cuidados com o tratamento de roupa;
- ✓ Transporte nas circunstâncias necessárias e/ou julgadas oportunas;
- ✓ Acompanhamento do estado geral de saúde, incluindo consultas médicas e terapêutica medicamentosa;
- ✓ Apoio bio-psico-social;
- ✓ Apoio nas Atividades de Vida Diária, o acompanhamento ao exterior, bem como o apoio na aquisição de bens e serviços.

A Residência Autônoma procura ainda realizar atividades de carácter lúdico-recreativo, cultural, desportivo, intelectual e formativo e social. Considera-se que a realização das atividades socioculturais representam uma mais-valia no funcionamento da Residência Autônoma, como sentido de oportunidade para o desenvolvimento da responsabilidade social e da capacidade autónoma dos clientes, potenciando o sentido de igualdade de oportunidades e a integração social, aprendizagem de vida e enriquecimento cultural. O acesso às atividades possibilita também o aumento de auto-estima e auto-conceito dos clientes, facilitando e promovendo a saudável dinâmica entre os clientes e colaboradores.

#### **OBJETIVOS ESTRATÉGICOS**

##### **PLANO ESTRATÉGICO (2015-2017)**

1. Ser uma instituição de referência na área de intervenção
2. Melhorar o modelo de Gestão Organizacional, garantindo uma maior eficácia orçamental.
3. Reforçar o nome da Cercima
4. Assegurar a excelência dos serviços em todas as áreas



## Plano de Atividades Residência Autônoma

Mod46/V01. Org (09.02.2015)

Página 5 de 11

### PLANO DE ATIVIDADES:

OE	OBJETIVO(S)	OBJETIVO(S) ESPECIFICO(S)	INDICADORES	META	ATIVIDADES	CALENDARIZAÇÃO	RECURSOS		
							HUMANOS	FÍSICOS/ MATERIAIS	PARCEIROS
OE2 OE4	1 Promover estratégias de reforço da autonomia pessoal e social	1.1 Favorecer a autonomia dos clientes para a preparação e confeção de refeições	Nº refeições completas realizadas autonomamente por clientes aplicando os conhecimentos de HSA	50 refeições completas	Aquisição de géneros alimentares; Armazenagem; Preparação de alimentos; Confeção de alimentos/refeições; Supervisão dos colaboradores;	Durante o ano	Colaboradores Clientes	Residência Autônoma Ingredientes Equipamentos e utensílios de cozinha Palamentas de cozinha Registos	Tecido Empresarial/ Institucional Local
OE1 OE4	2 Melhorar execução dos Planos de Intervenção Individual	2.1 Cumprir o Plano de Intervenção Individual dos clientes	Taxa de cumprimento dos objetivos de intervenção	92%	Reuniões de equipa Preenchimento do Registo mensal de atividades e ocorrências Monitorização trimestral dos objetivos	Durante o ano	Clientes Colaboradores	Residência Autônoma Cercima Computador Impressora Registos	
OE4	3 Promover bem-estar relacional e uma coabitação familiar saudável na Residência Autônoma	3.1 Favorecer as relações dos colaboradores com os clientes	Nº de reuniões programadas para todos os participantes	6 reuniões	Reuniões alargadas dos colaboradores com os clientes	Durante o ano	Clientes Colaboradores	Cercima Residência Autônoma Comunidade Registos	
		3.2 Fortalecer a dinâmica do grupo de colaboradores e clientes	Nº atividades organizadas para todos os participantes	10 atividades de grande grupo	Relaxamento coletivo Geocaching com Picnic Picnic no Samouco com jogo coletivo Jantares convívio na RA Arraial da Cercima Visita ao Pavilhão da Ciência com almoço Participação no Portas Abertas com Lanche com famílias Convívio de Natal	Março Abril Maio Junho Julho Setembro Novembro Novembro Dezembro Dezembro	Clientes Colaboradores	Comunidade Cercima Registos Transporte Alimentos Bilhetes	Tecido Empresarial/ Institucional Local
		3.3 Aumentar o grau de satisfação dos clientes	Taxa média de satisfação dos clientes	93%	Aplicação e cotação de questionário de satisfação	Dezembro	Clientes Colaboradores RQ	Residência Autônoma Cercima Registos	



OE1	4 Promover o espírito de equipa dos colaboradores da RA	4.1 Realizar atividades de relaxamento/lúdicas e dinâmicas específicas para a equipa	Nº atividades organizadas para a equipa	5 atividades/dinâmicas para equipa	Reunião equipa outdoor Dinâmicas de grupo cooperativas/relaxamento/lúdicas	Durante o ano	Equipa	Comunidade Cercima Computador Impressora Materiais diversos Registos	Tecido Empresarial/ Institucional Local
OE4	5 Melhorar a avaliação de desempenho dos colaboradores	5.1 Aumentar o nível de desempenho dos colaboradores	Taxa média da avaliação de desempenho	90%	Preenchimento da Ficha de avaliação de desempenho de colaboradores Reunião de avaliação conjunta	Dezembro 2016	Equipa RRH	Cercima Registos	
OE2	6 Melhorar a participação dos colaboradores	6.1 Manter o envolvimento da equipa na melhoria do processo de qualidade	Nº ações de melhoria propostas	10 ações	Discussão e análise do funcionamento em reunião de equipa, com vista a propor melhorias	Durante o ano	Equipa	Registos Computador	
OE3	7 Promover a interação com a família no sentido da respetiva integração social	7.1 Programar atividades coletivas integrando os clientes e as famílias	Nº de atividades/encontros com famílias	4 atividades	Participação dos clientes e famílias no Portas Abertas Lanche e atividades com famílias na RA Picnic com famílias no Samouco Elaboração e entrega de trabalhos temáticos pelos clientes às famílias	Novembro Novembro Maio Maio e Dezembro	Clientes Colaboradores Famílias	Comunidade Residência Autônoma Cercima Registos Logística (transporte, alimentos)	Famílias Tecido Empresarial/ Institucional Local
	8 Promover os recursos dos	8.1 Facilitar a interação com a comunidade no sentido da integração social	Taxa de concretização das atividades sócio-culturais	90%	15 Atividades lúdico recreativas 5 Atividades culturais 15 Atividades informativas 30 Atividades desportivas 15 Atividades sociais	Durante o ano	Colaboradores Clientes	Comunidade Residência Autônoma Logística (transporte, alimentação, fundo de maneio) Registos	Comunidade Tecido Empresarial/ Institucional local



OE1	clientes nos domínios da empregabilidade /ocupacional, cidadania e direitos	8.2 Estabelecer parcerias com entidades/organizações que possibilitem donativos de bens, e/ou serviços, e/ou acesso a atividades socio-culturais	Nº de parcerias que possibilitem bens e/ou serviços	8 parcerias	Contactos com entidades/organizações	Janeiro Março Julho Setembro Novembro	Coordenação	Espaços da comunidade; Espaços do Tecido Empresarial; Computador Telefone Registos	Tecido Empresarial/ Institucional Local; Comunidade	
OE2		8.3 Angariar verbas para a realização de atividades	Valor ganho na venda de produtos desenvolvidos pelos clientes e outras formas de angariação de verbas	275€	Produtos variados de Artesanato Pedidos solidários Ações voluntárias	Durante o ano	Colaboradores Clientes	Cercima Residência Autónoma Materiais diversos	Tecido Empresarial/ Institucional Local	
OE3			8.4 Realizar ações de Benchmarking	Nº de encontros com outras Residências Autónomas	2	Contactos com outras Residências Autónomas Encontros com outras Residências Autónomas Avaliação das experiências	Junho Novembro	Clientes e/ou Colaboradores Técnicos e/ou clientes de outras Residências Autónomas	Cercima Residência Autónoma Residências Autónomas	Instituições congêneres
OE4										

#### **PLANO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS**

Tendo em conta a satisfação das necessidades, as expectativas, as motivações e a promoção da autonomia de cada cliente, face aos objetivos individuais previstos nos Planos de Intervenção Individual dos clientes, bem como aos objetivos gerais e específicos do serviço previstos no presente Plano de Atividades propõe-se desenvolver um instrumento complementar que visa especificar a definição e planificação das atividades sócio-culturais, o Plano de Atividades Sócio-Cultural (PAS), contemplando as seguintes atividades:

- ✓ Atividades da Vida Diária, promovendo as competências de autodeterminação, autonomia e bem-estar;
- ✓ Atividades Lúdico-Recreativas, promovendo a manutenção e o desenvolvimento de competências manuais e aptidões como o relacionamento interpessoal e gestão emocional;
- ✓ Atividades Culturais, promovendo o interesse e a participação em atividades de enriquecimento cultural, estimulação intelectual e cidadania;
- ✓ Atividades Desportivas, desenvolvendo a ativação físico-funcional e a estimulação sensorial que visam promover o bem-estar físico dos clientes;



- ✓ Atividades Formativas/Informativas, promovendo competências de realização em diferentes contextos visando a autonomia, a segurança e os conhecimentos;
- ✓ Atividades Sociais, promovendo a vivência de novas experiências em diferentes contextos e proporcionar momentos de diversão e bem-estar e participação social.

Importa destacar que estas atividades realizam-se na Residência Autônoma, no espaço Cercima e na comunidade e podem ser realizadas durante todo o período correspondente, passando no quadro seguinte a descrever-se melhor as atividades no PAS.

**PLANO DE ATIVIDADES SÓCIO-CULTURAIS:**

Atividade Tipo	Objetivos	Atividades Estratégicas	Periodicidade	Indicadores	Responsável pela execução	Recursos		
						Humanos	Materiais/Físicos	Parceiros
<b>Atividades da Vida Diária</b>	Promover as competências de autodeterminação, autonomia e bem-estar	Treino de autonomia pessoal (higiene, vestuário e alimentação) Atividades da Vida Diária como Preparação de Alimentos/Refeições, Limpezas, Tratamento da Roupa, participação nas Rotinas Diárias, Compras de géneros alimentícios. Compras de bens e utilização de serviços. Ver TV, ouvir música, ir ao cabeleireiro.	Diariamente	Nº de clientes que participam nas atividades	Equipa	Equipa Clientes	RA Espaços da comunidade Utensílios cozinha Equipamentos cozinha Produtos alimentares	Tecido Empresarial/Institucional Local
<b>Atividades Ludico-Recreativas</b>	Promover a manutenção e o desenvolvimento de competências manuais e aptidões como o relacionamento interpessoal e gestão emocional	Jogos de lógica, cartas, trabalhos em crochet, tecelagem, pintura, desenho, colagens, entre outros trabalhos manuais.	Mensal	Nº de atividades realizadas com os clientes	Equipa	Equipa Clientes	RA Espaços da comunidade Jogos Materiais Mesa Cadeiras Jogos	
		Dinâmicas de grupo	Trimestral					
		Geocaching	Anual					
		Recreação na praia e piscinas						
		Cinema em casa e no exterior	Mensal					





<b>Atividades Culturais</b>	Promover o interesse e a participação em atividades de enriquecimento cultural, estimulação intelectual e cidadania	Teatro, concertos, museus, exposições: Visita ao Museu de História Natural e Jardim Botânico; Visita ao Oceanário e Pavilhão do Conhecimento;	Trimestral	N ° de atividades realizadas com os clientes	Equipa	Equipa Clientes	Espaços da comunidade Logística de alimentação e transporte Verba Cercima e clientes	Tecido Empresarial/ Institucional Local
<b>Atividades Desportivas</b>	Desenvolver a ativação físico-funcional e a estimulação sensorial que visam promover o bem-estar físico dos clientes	Caminhadas Ginástica Aerolocalizada Dança Exercícios de preparação e relaxamento físico Jogos desportivos de grupo	Bimensal	N ° de atividades realizadas com os clientes	Equipa	Equipa Clientes	Espaços da comunidade Logística de alimentação e transporte Vestuário adequado	Academia 1º Dezembro Tecido empresarial
<b>Atividades Formativas / Informativas</b>	Promover competências de realização em diferentes contextos visando a autonomia, a segurança e os conhecimentos	Ações de Formação abreviada em: Atividades da Vida Diária;	Semanal	N ° de atividades realizadas com os clientes	Equipa	Equipa Clientes	Residência Autónoma Espaços da comunidade Videoprojet or Computador Materiais Registos	Tecido Empresarial/ Institucional Local
		Sensibilização para a Saúde e Segurança: Alimentação saudável; Higiene e Segurança Alimentar; Primeiros Socorros; Extinção de incêndios e Técnicas de evacuação; Simulacro de Incidente Crítico;	Anual					
		Sensibilização para o ambiente: Reciclagem; Poupança energética.	Mensal					



<b>Atividades Sociais</b>	Promover a vivência de novas experiências em diferentes contextos e proporcionar momentos de diversão e bem-estar e participação social	Acampamento de férias de verão. Participação em eventos da comunidade como Cercima Portas Abertas e Arraial. Visitas temáticas e passeios: Participação num Picnic; Festejo de aniversários dos clientes; Participação nas Festas do Montijo; Participação nas Festas de Alcochete; Participação nas Festas da Moita; Visita à Feira Medieval em Óbidos; Visita à Base Aérea do Montijo; Assistir a uma Corrida de Touros no Montijo; Participar em Noite Voluntária aos Sem Abrigos; Visita a Centro de Reciclagem; Visita ao Parque dos Monges; Visita às Salinas do Samouco; Visita à Tapada de Mafra e Centro do Lobo Ibérico; Assistir a jogo de Futebol e visita a estádio de futebol;	Anual	N ° de atividades realizadas com os clientes	Equipa	Equipa Clientes	Espaços da comunidade Cercima Verba para atividades Transporte Alimentos Materiais diversos
---------------------------	---	--	-------	--	--------	-----------------	--



## Plano de Atividades Residência Autônoma

Mod46/V01.Org (09.02.2015)

Página 11 de 11

### CRONOGRAMA

Jan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31	365	
Fev	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28				28		
Mar	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31		
Abr	1	2	3	4	P	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		30		
Mai	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31		
Jun	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		30		
Jul	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31		
Ago	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31		
Set	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		30		
Out	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31		
Nov	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		30		
Dez	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31		

A Residência Autônoma funciona continuamente sem interrupções previstas, todos os dias do ano. Caso exista retaguarda familiar, a Residência Autônoma poderá interromper o funcionamento nos períodos festivos (Natal, Fim de Ano e Páscoa).