

CAO Maceda

Plano de Actividades 2012

Este documento contém:

Calendário anual de actividades;

Breve descrição das actividades regulares e não regulares para 2012.

Calendário Anual de Actividades

Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maió	Junho
1	1	1	1	Feriado 1	Acolhimento Temporário 1
2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4
5	5	5	Encerramento CAO 5	5	5
6	6	6	Feriado 6	6	6
7	7	7	7	7	Feriado 7
8	8	8	8	8	8
9	9	9	Encerramento CAO 9	9	9
10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	Noite recreativo-cultural 15
16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20
21	Entrudo 21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	Festa S. João 22
23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24
25	25	25	Feriado 25	25	Acolhimento Temporário 25
26	26	Feira de Páscoa (exterior) 26	26	26	Acolhimento Temporário 26
27	Reunião Resp. Legais 27	Feira de Páscoa (exterior) 27	27	27	Acolhimento Temporário 27
28	28	Feira de Páscoa (CRPCP) 28	28	Acolhimento Temporário 28	Acolhimento Temporário 28
29	29	Feira de Páscoa (CRPCP) 29	29	Acolhimento Temporário 29	Acolhimento Temporário 29
30		Noite recreativo-cultural 30	30	Acolhimento Temporário 30	30
31		31		Acolhimento Temporário 31	

Julho	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
1	1	1	Feriado 1	1
Praias 2	2	2	2	2
Praias 3	3	3	3	Feira de Natal 3
Praias 4	4	4	4	Feira de Natal 4
Praias 5	Viseu Cadeira de Rodas 5	Feriado 5	5	Feira de Natal 5
Praias 6	Viseu Cadeira de Rodas 6	6	6	Feira de Natal 6
7	Viseu Cadeira de Rodas 7	7	7	Feira de Natal 7
8	Viseu Cadeira de Rodas 8	8	8	8
Praias 9	Viseu Cadeira de Rodas 9	9	Festa do Magusto 9	9
Praias 10	10	10	10	10
Praias 11	11	11	11	11
Praias 12	12	12	12	12
Praias 13	13	13	13	13
14	14	14	14	Noite recreativo-cultural 14
15	15	15	15	15
Praias 16	16	16	16	16
Praias 17	Reunião Resp. Legais 17	17	17	Festividades de Natal 17
Praias 18	18	18	18	Festividades de Natal 18
Praias 19	19	19	19	Festividades de Natal 19
Praias 20	20	20	20	Festividades de Natal 20
21	21	21	21	Festa de Natal 21
22	22	22	22	22
Praias 23	23	23	23	23
Praias 24	24	24	24	Encerramento CAO 24
Praias 25	25	25	25	Feriado 25
Praias 26	26	26	26	26
Praias Festa da Música 27	27	27	27	27
28	Noite recreativo-cultural 28	28	28	28
29	29	29	29	29
30	30	30	30	30
31		31		31

No presente documento serão apresentadas as actividades que serão desenvolvidas no Centro de Actividades Ocupacionais durante o ano de 2012. Estas foram categorizadas como actividades regulares e actividades não regulares conforme ilustração nas figuras 1 e 2.

A reestruturação do plano de actividades baseou-se na necessidade de responder a novos desafios e no desejo de tornar os clientes, as famílias e todos os elementos integrantes da equipa do CAO responsáveis pelas escolhas e interesses em que eles se envolvem. Assim, as alterações realizadas basearam-se nos seguintes aspectos:

- Reunião para revisão/elaboração do Plano Anual de Actividades, que contou com a participação dos seguintes elementos: Comissão de Responsáveis Legais; dois representantes da Equipa de AAD's; Equipa Técnica; e DTS;
- Opinião recolhida através de questionários realizados aos auxiliares de acção directa (AAD's) relativamente à planificação das actividades regulares de 2011;
- Interesse pessoal dos AAD's na dinamização e prestação de apoio nas diferentes actividades;
- Implementação de actividades produtivas;
- Cumprimento dos objectivos de serviço.

ACTIVIDADES REGULARES

As actividades regulares têm como objectivo promover a participação e o envolvimento em actividades adequadas à fase da vida dos nossos clientes. Esta participação é definida pelo plano de desenvolvimento individual (PDI), elaborado em conjunto pela equipa técnica e pelo cliente/familiares, tendo como objectivo principal, estabelecer um programa de participação em actividades que favoreçam a aquisição e/ou manutenção de competências para o desempenho de papéis em diversos contextos, promovendo a satisfação, a valorização e o crescimento pessoal dos nossos clientes. De seguida serão descritas as diferentes actividades que o serviço oferece aos seus clientes:

Snoezelen

Local de realização: CRPCP – Sala de Snoezelen

Período de realização: 3ª feira das 11h às 12h

Capacidade prevista de participantes: 4

Descrição e objectivo da actividade: O Conceito da sala de Snoezelen proporciona conforto, através do uso de estímulos controlados, e oferece uma grande quantidade de estímulos sensoriais, que podem ser usados de forma individual ou combinada dos efeitos da música, notas, sons, luz, estimulação táctil e aromas. O ambiente multisensorial permite estimular os sentidos primários tais como o toque, o paladar, a visão, o som, o cheiro, sem existir necessidade de recorrer às capacidades intelectuais mas sim às capacidades sensoriais dos indivíduos. A sala de Snoezelen é uma sala multi-sensorial que tem como objectivo a estimulação sensorial e/ou a diminuição dos níveis de ansiedade e de tensão, promovendo a saúde e o bem-estar dos participantes envolvidos através de terapias não directivas.

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Terapeuta Ocupacional

Jardinagem

Local de realização: CAO Maceda – Jardins e salas

Período de realização: 2ª feira das 14h às 16h30; 4ª feira das 14h às 16h30; 5ª feira das 14h às 16:30h

Capacidade prevista de participantes: 6

Descrição e objectivo da actividade: Esta actividade destina-se a clientes com competências para desempenhar tarefas com o mínimo de ajuda, e com competências de aprendizagem que lhes permitam adquirir e/ou desenvolver novas competências. Pretende-se promover o máximo de autonomia dos nossos clientes em actividades da vida diária instrumentais e proporcionar-lhes um maior número de oportunidades de participação em actividades de lazer. Algumas das actividades que se pretendem desenvolver são: plantação e manutenção de plantas de interior e exterior, que posteriormente poderão vir a ser utilizadas para a decoração do espaço físico do CAO, plantação de ervas aromáticas (que poderão ser utilizadas noutras actividades como a culinária e os trabalhos manuais), plantação de árvores de fruta e actividades de concertação ambiental.

Responsável pelas propostas e dinamização: AAD

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Música

Local de realização: CAO Maceda – Sala de Bem-Estar

Período de realização: 2ª feira das 15h às 16h; 5ª feira das 14h30 às 16h; 6ª feira das 14h30 às 15h30

Capacidade prevista de participantes: 20

Descrição e objectivo da actividade: Esta actividade tem como objectivo a produção musical com o uso de instrumentos ou canto, bem como a estimulação sensorial através da produção de sons.

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Professor de Música (colaborador externo)

Natação Adaptada

Local de realização: Villa Urbana – Piscina do Gimnovilla

Período de realização: 2ª feira das 9h30 às 12h; 5ª feira das 10h às 12h

Capacidade prevista de participantes: 10

Descrição e objectivo da actividade: A utilização de um meio envolvente facilitador faz com que as actividades aquáticas sejam cada vez mais uma actividade de eleição para os portadores de deficiência. A Natação Adaptada surge como um excelente reforço às terapias tradicionais, permitindo não só a adaptação ao meio aquático, mas também, o desenvolvimento de capacidades motoras, cognitivas e sociais.

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Professor de Educação Física
(colaborador externo)

Independência na Vida Diária (IVD)

Local de realização: CRPCP - Apartamento

Período de realização: 4ª feira no período da manhã e da tarde

Capacidade prevista de participantes: 8

Descrição e objectivo da actividade: Esta actividade destina-se a clientes com competências para desempenhar tarefas com o mínimo de ajuda, e com competências de aprendizagem que lhes permitam adquirir e/ou desenvolver novas competências. Pretende-se promover o máximo de autonomia dos nossos clientes em actividades da vida diária instrumentais e proporcionar-lhes um maior número de oportunidades de participação em actividades de lazer.

Responsável pelas propostas e dinamização: AAD

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Produção Artística

Local de realização: Auditório Horácio Marçal e CAO Delfim Maia (CAO DM)

Período de realização: Diariamente, no período da manhã e no período da tarde

Capacidade prevista de participantes: 2

Descrição e objectivo da actividade: Estabelecer um núcleo de pesquisa e investigação teórico/prático que fomente a criação artística; possibilitar aos participantes do grupo a pesquisa e execução dos múltiplos elementos da linguagem cénica, como: direcção, indumentária, cenografia, sonoplastia, iluminação, interpretação, entre outros; procurar novos caminhos e significados para a criação cénica; pesquisar diferentes formas artísticas, bem como sua transposição para a cena; encontrar formas de ampliar a percepção do espectador por meio da fruição artística; promoção de oficinas, workshops, intervenções e apresentações artísticas, a experiência e o trabalho desenvolvido.

Técnico responsável pela organização e dinamização: Animadora Sócio-Cultural

Oficina Expressão Dramática

Local de realização: Auditório Horácio Marçal e CAO Delfim Maia (CAO DM)

Período de realização: 5ª feira das 9h30 às 16h30

Capacidade prevista de participantes: 1

Descrição e objectivo da actividade: São objectivos principais desta actividade o movimento, a espontaneidade, a sociabilidade e o relaxamento, estimulação cognitiva através do jogo, da recreação e o prazer do indivíduo. Procura-se desenvolver a capacidade de observação e tolerância em grupo, a expressão corporal, desenvolvendo o potencial expressivo e de criação.

Técnico responsável pela organização e dinamização: Animadora Sócio-Cultural

Oficina de Clown

Local de realização: Auditório Horácio Marçal e CAO Delfim Maia (CAO DM)

Período de realização: 5ª e 6ª feira das 9h30 às 16h30

Capacidade prevista de participantes: 1

Descrição e objectivo da actividade: O objectivo primordial é promover apresentações pedagógicas que sensibilizem o público infantil a ter contacto com a diferença e aprender a aceitá-la como algo de “normal” no seu futuro. Outro objectivo, este relativo ao actor em si, é fazer com que o indivíduo aprenda a aperceber-se da comicidade que o rodeia e que existe nele mesmo, levando a que este aprenda a rir-se de si mesmo melhorando assim a sua qualidade de vida.

Técnico responsável pela organização e dinamização: Animadora Sócio-Cultural

Oficina Dança

Local de realização: Auditório Horácio Marçal e CAO Delfim Maia (CAO DM)

Período de realização: 6ª feira das 9h30 às 16h30

Capacidade prevista de participantes: 2

Descrição e objectivo da actividade: Reencontro com o corpo no espaço é um dos principais objectivos. Será que nos conhecemos? A dança criativa desenvolve a maleabilidade dos corpos que se interceptam e se constroem num espaço e a um ritmo próprio. Promover uma melhor noção de corpo enquanto elemento individual; permitir a descoberta do espaço próprio e do espaço partilhável; descobrir o tempo e o fluxo; permitir a relação destes quatro factores individuais: O corpo num espaço, num tempo e portador de um determinado fluxo de movimento; estimular a percepção e reconquista da sensibilidade pelos processos físicos, emocionais e cognitivos; desenvolver a concentração; fomentar a criatividade; promover a entreatajuda; fomentar o espírito crítico; melhorar a qualidade de vida.

Técnico responsável pela organização e dinamização: Animadora Sócio-Cultural

Jornal

Local de realização: CAO Maceda - Sala de Informática

Período de realização: 2ª feira de manhã e tarde; 5ª feira de manhã e tarde

Capacidade prevista de participantes: 14

Descrição e objectivo da actividade: Esta actividade tem como objectivo a elaboração de um jornal, e utiliza como principal ferramenta a informática. O título e as temáticas a serem abordadas são definidos pelo grupo à medida que vão trabalhando neste projecto. A responsabilidade da periodicidade da edição do jornal, assim como o formato em que será editado ficará igualmente a cargo dos clientes. São realizadas reuniões semanais em que todos os clientes que participam nesta actividade, assim como a responsável pela dinamização e o Técnico responsável pela orientação, trocam informações acerca do trabalho desenvolvido durante a semana anterior e fazem a programação da semana seguinte.

Responsável pelas propostas e dinamização: AAD

Técnico responsável pela orientação: Terapeuta Ocupacional

Hidroterapia

Local de realização: Villa Urbana – Piscina do Gimnovilla

Período de realização: 4ª feira das 11h às 12h

Capacidade prevista de participantes: 4

Descrição e objectivo da actividade: A Hidroterapia é um conjunto de técnicas de tratamento em meio aquático que aproveita as características estáticas e dinâmicas da água, para promover o relaxamento ou o exercício consoante o objectivo da terapia a realizar. De um modo geral, a água promove um "equilíbrio de forças" entre a gravidade e a flutuação o que permite variados objectivos de tratamento.

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Terapeuta Ocupacional

Actividade Física

Local de realização: Villa Urbana – Ginásio do Gimnovilla

Período de realização: 2ª feira das 15h às 16h; 3ª feira das 11h às 12h

Capacidade prevista de participantes: 14

Descrição e objectivo da actividade: É através da actividade física adaptada que os nossos clientes podem estabelecer um novo conceito de corpo, passando a detectar e a desenvolver os potenciais remanescentes, direccionando o pensamento, a motivação e o comportamento diante da sua condição. Por mais acentuada que seja sua limitação motora, pode-se conseguir com a educação física adaptada uma parcial ou completa adaptação à sua limitação e às solicitações do ambiente, em várias situações.

Técnico responsável pela orientação e dinamização: Professor de Educação Física (colaborador externo)

Dança – expressão corporal

Local de realização: CAO – Sala Bem-Estar

Período de realização: 5ª feira das 9h30 às 12h

Capacidade prevista de participantes: 6

Descrição e objectivo da actividade: Modalidade expressiva direccionada para portadores de deficiência. Com metodologias de expressão corporal, improvisação e relaxamento adaptadas à heterogeneidade dos participantes, pretende-se criar um ambiente descontraído de aceitação, respeito pela diferença e contribuir para: a inclusão; ser fisicamente mais apto; reduzir o isolamento; criar novas formas de comunicar; melhorar condições de mobilidade; desenvolver a linguagem corporal; e melhorar a percepção corporal.

Responsáveis pelas propostas e dinamização: AAD's

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Acolhimentos Temporários

Local de realização: Exterior (a definir)

Período de realização: Períodos de 5 dias úteis, distribuídos ao longo do ano

Capacidade prevista de participantes: Todos os clientes, de acordo com inscrição realizada no início do ano civil

Descrição e objectivo da actividade: Esta actividade tem como objectivo proporcionar aos nossos clientes novas oportunidades de socialização, de exploração, consolidação de relações interpessoais e inter-grupais e de conhecimento de novos lugares. Embora seja uma actividade considerada como de lazer, engloba a participação em várias áreas da vida, permitindo a vivência de um período de

alterações de rotinas e de contextos onde os nossos clientes poderão explorar e tomar consciência das suas reais competências. Cada acolhimento é constituído um grupo de 5 ou 6 clientes que serão acompanhados por AAD's (de acordo com as necessidades dos utentes) e por um elemento da equipa técnica do CAO.

Responsável pela organização, orientação e dinamização: Elemento da Equipa Técnica

Passeios

Local de realização: a definir por cada grupo (exterior)

Período de realização: diariamente

Capacidade prevista de participantes: 30

Descrição e objectivo da actividade: Pretende-se com esta actividade proporcionar aos clientes do CAO um espaço de recreação na comunidade. Caracteriza-se por uma actividade em que os nossos clientes terão oportunidade de realizar saídas ao exterior, com o objectivo sócio-recreativo e cultural. Poderão ainda ser planificadas saídas ao exterior com o objectivo de desenvolver competências sociais e de mobilidade na comunidade, de acordo com o programa de outras actividades, como sejam a Jardinagem, o IVD e Jornal. Os passeios serão programados semanalmente de acordo com as escolhas e interesses manifestados pelos nossos clientes.

Responsáveis pelas propostas e dinamização: AAD's

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Carpintaria

Local de realização: CRPCP – Oficina de Carpintaria

Período de realização: 6ª feira no período da manhã

Capacidade prevista de participantes: 6

Descrição e objectivo da actividade: A actividade de carpintaria destina-se a clientes com interesse em realizar aprendizagens relacionadas com o tratamento e confecção de artigos em madeira. Para além do referido poderão, também, aprender a realizar pequenas reparações a equipamentos existentes na UO Maceda.

Responsável pelas propostas e dinamização: AAD

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Lavagem de Carrinhas

Local de realização: CAO Maceda – Espaço exterior

Período de realização: 5ª feira das 14h às 16h30

Capacidade prevista de participantes: 6

Descrição e objectivo da actividade: É uma actividade de carácter produtivo que visa fornecer aos clientes que nela participam, as competências e conhecimentos necessários à lavagem de uma viatura automóvel. A longo prazo, iremos procurar estabelecer parcerias que nos permitam generalizar as aprendizagens adquiridas no contexto de CAO, a um contexto comunitário e mais abrangente.

Responsável pelas propostas e dinamização: AAD

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Introdução à Informática

Local de realização: CAO Maceda - Sala de Informática

Período de realização: 4ª feira das 14h às 16h30

Capacidade prevista de participantes: 6

Descrição e objectivo da actividade: Esta actividade surgiu no sentido de colmatar as necessidades apresentadas pelos clientes e/ou significativos, relativamente à utilização de computadores. Assim sendo, tem como objectivo ministrar conhecimentos básicos ao nível da utilização de equipamentos informáticos (ex. computador).

Responsável pelas propostas e dinamização: AAD

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

Noites Recreativo Culturais

Local de realização: A definir por cada grupo

Período de realização: Frequência trimestral

Capacidade prevista de participantes: 6

Descrição e objectivo da actividade: Na última sexta-feira de cada trimestre (com algumas excepções na programação) são realizadas saídas nocturnas, no sentido de proporcionar, aos clientes do CAO a participação num maior número de actividades possíveis na comunidade, como por exemplo, idas ao Teatro, ao Cinema, ao Futebol, e outras.

Responsáveis pelas propostas e dinamização: AAD's

Técnico responsável pela organização: Equipa Técnica

Oficinas 1, 2 e 3

Nas **oficinas 1, 2 e 3** são realizadas as actividades de estimulação sensorial, trabalhos manuais/expressão plástica, e espaço temático. O termo **oficina** foi escolhido para transmitir a ideia de actividades com carácter produtivo reflectindo as alterações organizacionais implementadas. Esta mudança prende-se com os seguintes objectivos:

- (1) facilitar a realização de propostas de actividades pelos AAD's;
- (2) permitir aos nossos clientes uma atenção mais específica para as suas necessidades;
- (3) aumentar a percepção do trabalho produzido e a aquisição de competências de realização dos trabalhos de sala.

Neste modelo de funcionamento os clientes deixam de frequentar todas as salas, começando a ter uma oficina de referência onde realizam trabalhos especificamente propostos para eles. Assim, na mesma oficina, podem ocorrer duas situações: o mesmo trabalho pode ser realizado por todos os clientes ou cada cliente pode realizar trabalhos individuais. Os AAD's terão de fazer a proposta dos trabalhos a realizar naquela oficina durante um determinado período de tempo, que será depois ajustado junto da equipa técnica.

Responsáveis pelas propostas e dinamização: AAD's

Técnico responsável pela organização: Terapeuta Ocupacional

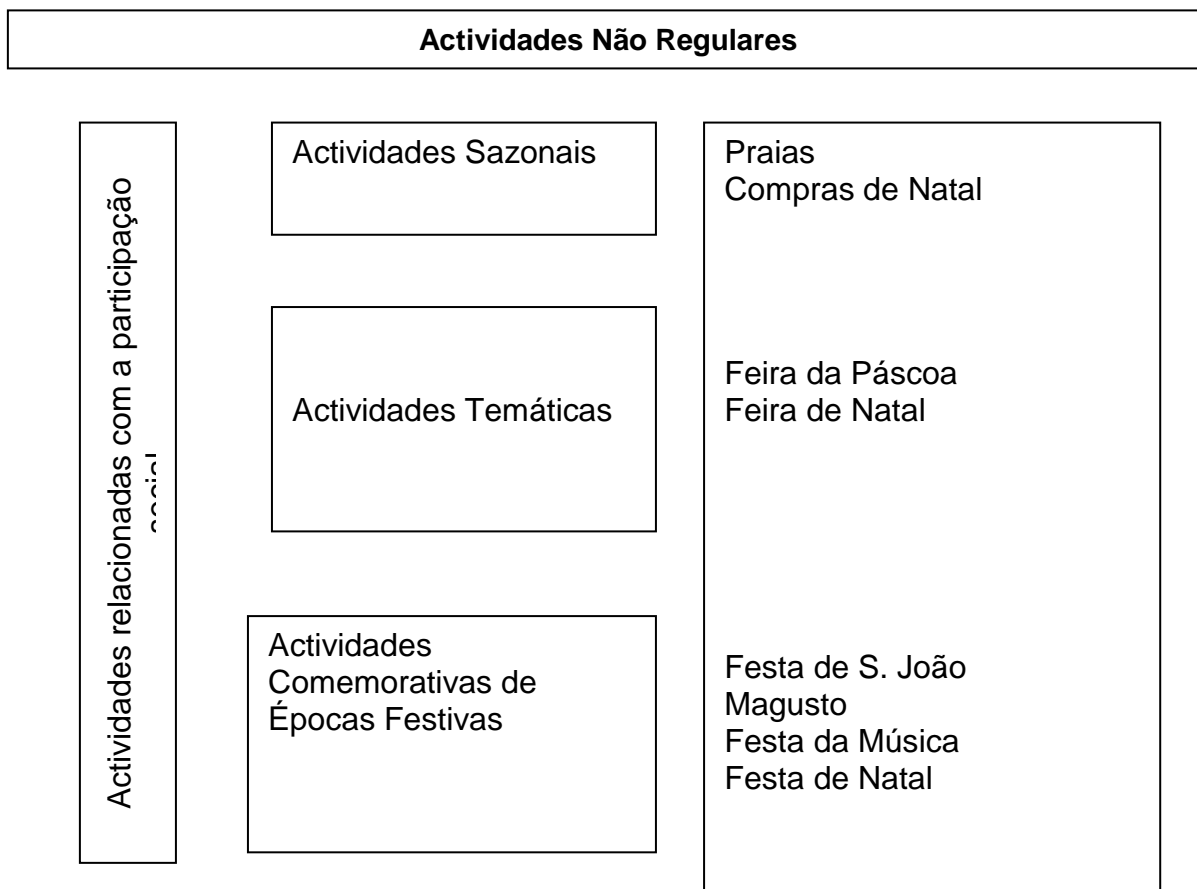


Figura 2: Caracterização das actividades não regulares desenvolvidas no Centro de Actividades Ocupacionais.

ACTIVIDADES NÃO REGULARES

As actividades não regulares têm como objectivo enriquecer o leque de experiências relacionadas com a participação social, que o Centro de Actividades Ocupacionais pode oferecer aos seus clientes. A sua proposta é realizada anualmente, procurando introduzir algumas alterações e ajustes de acordo com as avaliações realizadas no ano anterior. De seguida apresentamos uma descrição mais específica das actividades que nos propomos realizar em 2012.

ACTIVIDADES SAZONAIS

Têm como objectivo promover a participação dos nossos clientes em actividades comumente realizadas em épocas específicas do ano, tais como:

- **PRAIAS**

Este ano, propomo-nos a realizar as saídas para a praia no período da manhã e da tarde, sendo que os clientes irão usufruir da praia no período da manhã e do espaço da Colónia de Férias da Aguda no período da tarde. O almoço será fornecido pela instituição e realizar-se-á no espaço da Colónia de Férias.

- **COMPRAS DE NATAL**

Esta actividade pretende proporcionar aos nossos clientes a possibilidade de adquirirem presentes de Natal para os seus familiares e amigos, sem que estes tenham que recorrer à ajuda dos mesmos para o fazer. Está prevista a participação de todos os clientes do CAO, e aproveitando os passeios regulares a partir do mês de Novembro. A organização desta actividade foi modificada, para evitar custos desnecessários como as refeições dos funcionários e alterações das rotinas do serviço sem que fosse alterado seu o objectivo. Os nossos clientes passam a ter a oportunidade de realizar as compras de Natal nos passeios semanais, durante o mês de Dezembro. Nesta altura do ano muitas vezes os clientes preferem ir a sítios cobertos como os Centros Comerciais e podem associar a essa saída as compras de Natal.

ACTIVIDADES TEMÁTICAS

O objectivo geral das actividades temáticas realizadas anualmente prende-se com a necessidade da divulgação das acções desenvolvidas no CAO, assim como a exploração de possibilidades de desenvolvimento de outras actividades e a promoção de novas experiências aos nossos clientes.

- **FEIRA DE PÁSCOA**

Dar a conhecer e estimular a compra dos artigos elaborados nas actividades produtivas para a Época da Páscoa.

- **FEIRA DE NATAL**

Dar a conhecer e estimular a compra dos artigos elaborados nas actividades produtivas para a Época de Natal.

ACTIVIDADE COMEMORATIVAS DE ÉPOCAS FESTIVAS

A participação nestas actividades é facultativa, respeitando as crenças e valores culturais dos nossos clientes. Os objectivos destas actividades são proporcionar oportunidades de socialização de acordo com o *padrão da cultura portuguesa*, promover a aquisição de padrões de desempenho esperados pela cultura do país em que vivem e proporcionar situações de bem-estar e satisfação aos nossos clientes. Estas actividades são programadas pelo CAO e abertas aos familiares e amigos dos nossos clientes dentro do horário habitual de funcionamento do serviço.

Proposta realizada pela Equipa Técnica:

Terapeuta Daniela Lopes

Dra. Susana Conceição

CAO Maceda, 28 de Dezembro de 2011

Dra. Sandra Felgueiras
Directora Técnica e de Serviços